

غير من

عقلك

تتغير

حياتك

برنامج جديد للتغلب

على القلق والاكتئاب والهواجس

والغضب والاندفاع

دانيال ج. آمين

مكتبة جرير  
JARIR BOOKSTORE  
www.jarir.com



# غير من عقلك تتغير حياتك

---

برنامج جديد للتغلب على القلق والاكتئاب  
والهواجس والغضب والاندفاع

---

دانيال ج. أمين

 مكتبة جرير  
JARIR BOOKSTORE  
... not just a bookstore ...

www.jarirbookstore.com موقعنا على الإنترنت

publications@jarirbookstore.com

حقوق الترجمة العربية والنشر والتوزيع محفوظة لمكتبة جرير

ملحوظة لا يمكن لأي كتاب بما فيها هذا الكتاب - يدخل ضمن الخدمات التي يقدمها مشرفو الرعاية الصحية الموظفين من فضل استخدام هذا الكتاب لمساعدتك في الاتصال بكفاءة أعلى مع طبيبك بحيث تحصل على أفضل رعاية ممكنة.

ARABIC language edition published by JAKIR BOOKSTORE. Copyright © 2005.  
All rights reserved. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or  
by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or by any  
information storage retrieval system without permission.

# Change Your Brain, Change Your Life

---

The Breakthrough Program for Conquering  
Anxiety, Depression, Obsessiveness,  
Anger, and Impulsiveness

**DANIEL G. AMEN, M.D.**



## جدول المحتويات

	شكر وتقدير
	مقدمة الطبعة
	المقدمة
١٧	١- لمن لديهم أعين- دعوه تبصر صوراً من داخل المخ.
٢٨	٢- السمور وجنية الأسنان: مقدمة للمخ والسلوك
٤٢	٣- نظرة في الحب والاكتئاب- الجهاز الطرفي العميق.
٦٢	٤- تعزيز أنماط التفكير الإيجابي وتقوية الروابط: وصفات الجهاز الطرفي العميق.
٩٥	٥- نظرة في القلق والخوف- العقد القاعدية.
١١٢	٦- القلب على الخوف وصفات العقد القاعدية.
١٢٨	٧- نظرة في تشقت الانتباه والاندفاعية- قشرة مقدمة الفصل الجبهي.
١٥٥	٨- التركيز- علاج قشرة مقدمة الفص الجبهي.
١٧٥	٩- نظرة في القلق والهاجسية- الجهاز الطوقي.
٢٠٠	١٠- التحرر من الهواجس وصفات الجهاز الطوقي.
٢١٨	١١- نظرة في الذاكرة والزواج- القصوص الصدغية.
٢٣٨	١٢- تعزيز الخبرات وصفات الفص الصدغي.
٢٤٨	١٣- الجانب المظلم- انتف: مزيج من المشاكل.
٢٦٣	١٤- تنويع المخ، تأثير المخدرات والكحول على المخ.
٢٨٧	١٥- الحلقات المفقودة، المخدرات والعنف والمخ.
٣٠١	١٦- أحبك وأكرهك، المستني، لا، لا تفعل، أيا كانت الظروف، أصاط المخ.
٣٣٢	١٧- طلب النجدة متى وكيف تطلب الرعاية الطبية.
٣٥٢	١٨- من هو أندرو حقاً؟ أسئلة من جوهر الإنسانية.
٣٥٦	١٩- أوامر ونواهي المخ- موجز عن كيفية تحسين أداء المخ وكسر عاداته السيئة.





## شكر وتقدير

حقيقةً لقد شارك في إخراج هذا الكتاب كثيرون. أخص منهم بالذكر والشكر وكين أعالي فيث حاملين الذي ساهم بحكمته وإخلاصه في دعم وإثراء الكتاب. ولكه شعرت بأنني محظوظ لأن تقوم بيتسي رابوبورت المحررة بمؤسسة (Times Books) بتحرير كتابي. فقد فهمت مغزاه وساعدتني على تقديم وعرض الأفكار بأسلوب واضح وسهل. كما أتقدم بالشكر لجميع العاملين بمؤسسة (Times Books) الذين عملوا بكل تفان وإخلاص لإنجاز هذا المشروع.

ولم يكن هذا الكتاب ليرى النور لولا جهود العاملين بمستشفى (Amen)، الذين اعتبرهم جسماً جزءاً من أسرتي. وأشعر بالامتنان لهم لما أظهره من حب وتفان وعزيمة وحكمة. وأوجه شكراً خاصاً لكل من: شيلي بيرنهارد مديرة المستشفى، والتي كانت توجهنا يوماً للشار الصحيح، ولويسندا ثيلي مساعدتي الخاصة والتي أعدت كل الصور الواردة بالكتاب، وبرب جيمس الذي دائماً ما يبذل استعداده للمساعدة والمساهمة. كما أتقدم بالشكر والتقدير لطاقم الأطباء ومساعدتهم. وأخص منهم بالذكر: ستانلي ينتيس، جينيفر ليفدل، جونثان سكوت هالفرشتادت، رونيت ليونارد، لويس كارل أوسديل، سيسيل أوكس، ماثيو ستيفنفلد، إد سينسر، بريان جولدمان، جين ماسينجيل، لويد كيتج، كوراديفيدسون وجميعهم يسمون بالفكر المتطور والنظرة التقدمية.

كما أود أن أعرب عن عميق تقديري وعرفاني لأصدقائي وزملائي إيرل هينسلين، شيللا كريستال، ليندا وليون فيبر، لقراءتهم مادة هذا الكتاب، ومساعدتي بنصائحهم وتعليقاتهم القيّمة.

وأخيراً أود أن أعبر عن خالص امتناني وحيي لأسرتي التي عانت هي الأخرى من تجربة البحث عن مادة هذا الكتاب على مدار الأعوام العشرة الماضية. وعلى الرغم من أن أفراد أسرتي كانوا كثيراً ما يشعرون بالسأم والضجر مما يسمعون من حديث متكرر عن المخ وأشعة (SPECT)، وإلا أنهم لم يتخلوا قط عن دعمي ومساندتي بحبهم لي حتى استطعت الصمود للنهاية وإخراج هذا العمل الذي قد يحدث اختلافاً في حياة الآخرين.

## مقدمة الطبعة

منذ أن طبع كتاب (غير مخفٍ تتغير حياتك) للمرة الأولى في يناير عام ١٩٩٩ وهناك إقبال كبير على عيادتي (عيادة أمين للطب السلوكي) من قبل أناس من الولايات المتحدة الأمريكية وكندا، وكذلك أوروبا. وقد رأينا أشخاصاً بالغين ومراهقين وأطفالاً في الثالثة من عمرهم يعانون من الاكتئاب والقلق والعدوانية. واضطراب قصور الانتباه، والاضطراب ثنائي القطب، واضطراب المهاجر الحيزي، واضطراب ضغط ما بعد الإصابات. وباستخدام تكنولوجيا التصوير الجديدة استطاع هؤلاء المرضى وأسرهم أن يروا المشاكل الموجودة في المخ والمسئولة عما يعانون منه من أعراض سلوكية وعاطفية، وبعد أن كانوا ينظرون إلى أنفسهم على أنهم ضعاف الشخصية، أو أنهم يعانون من مرض عقلي. أصبح بمقدورهم أن يفهموا بوضوح السبب الأصلي فيما يعانون منه، وبالتالي يحصلون على المساعدة المناسبة من خلال معالجة أكثر فاعلية وتركيزاً.

وقد غمرت السعادة جميع من في العيادة عندما وجدوا أن الكتاب كان له مثل هذا الأثر الإيجابي على حياة الناس. وهناك ثلاث تجارب حدثت في العيادة أوضحت كيف أن هذا الكتاب قد ساعد كثيراً من الناس، وأن بمقدوره أن يساعدك أنت أيضاً.

ففي أوائل فبراير ١٩٩٩ كنت أجلس أمام شاشة الكمبيوتر الخاص بتصوير المخ، حيث كنت أقوم بتحصن صور المخ، فإذا بي أجد الدكتور (جورج لويس) أحد الأطباء النفسيين في عيادتي يدخل علي وسمة مريض جاء جواً لمقابلتي من الغرب الأوسط. وكان هذا المريض في أواخر الخمسينيات وقدم نفسه لي والدموع في عينيه. ففي ١٤ يناير كان قد قرر الانتحار، حيث كان يشعر باكتئاب شديد، وعدم القدرة على مصادقة أي شخص، وغضب شديد. ولم يكن لديه أي أمل في أن تتحسن الأمور، وذلك على الرغم من أنه ذهب لضبيب نفسي وتلقى علاجاً، وبينما كان يرقد على سرير يفكر في أفضل طرق الانتحار إذ يصديقه تدير برنامج Today وتصادف أن كنت في البرنامج أتحدث عن كتابي، وشاهدني وأنا أشرح صوراً لمخ أحد الأشخاص الذي شخصت حالته على أنه اكتئاب مصحوب بغضب. وسمعتي وأنا أقول بأن هناك بارقة أمل لمن يعانون

من هذه مشاكل. من العديد من مشاكل النفسية هي في الحقيقة مشاكل تتعلق  
بالج. و' ب' من خلال سبب تصوير جديد و يرى العديد من هذه  
مشاكل و' ب' بعد علاج كثير فعليه وتركيز فما كان من هذا المريض  
إلا ان خرج، وشعرى الكتاب. وطبق العوالم. يكتشف بعد ذلك أن لديه في  
اللب مشكلة في النص حسني الايسر (مع أن في شعوره بالعبء)  
ونفسية و جهاز نظري مدخلي المعين بعد تسبب في شعوره بالإحباط  
ونفسه في فترة جنبه الادوية، مما سبب في مشاكل في سيطرته على سلوكه  
ومركزه.

ومن هذا المرض و بني معه إلى قناني وأمره كحرق من عملية  
تقييم سرية المحطة لمرس SPECT، ووجدنا و نسخيه حديثه كان  
بشما بعد فقد كسب حركة لمرس لصدعي لايسر صفيه حذاء رية كبيرة  
في هذا الجهاز خرفي ومنه ضعف عشرة معدة الجبهة ومشط رائد في  
حياته لتدري المعين. عالج ما يقوم بهذا لفحص مع المرسي الذين يظهر  
ديهم انهم الاكثاب ويعتقد وانسوك لايتحرق و سدين يعاون من  
معدن في تركيز اهتمام ووصف به الدكتور بوير، مجموعة من العلاجات  
هكم بدعه مدته من خلال صفيوع ومن تمر سوى ثلاثة سديم تحسب  
حالات حدة المرض بشكل كبير فم بعد ينكر بعد سبب في الانحمار، وأصبح  
مرجه كثير عند وصار عمله كثير حدة وتركيز. وقد الدكتور بوير بعد  
ابتداء حياته

في إس ما من يقبل منه من خلال لمسات كسب قد شترت  
لكتاب خلال قضائها للإحار. في أمريكا وكسب هذه اسبده بعالي طوار  
حياته من حزب معه واكتدب بوري زممكر في لاسيده ولتركيز وبعد  
فروغ سبب كدلتها بقية جاد بخطوطها بها تدعي من مشكلة في عصر  
صدعي الايسر ومشكلة في جهاز نظري ومشكلة في مقدرة لحيته وكن  
لاطبه قد تصحوها بالعلاج مدسي وهو ما فعلته هذه السيدة وأنسب عليه  
ابوالا طائلة ولكن من حدود، وجاءت هذه المينة إلى العيادة، واستقت  
ملاكها بريا حيدرة وروى أمره. محصل SPECT تنعيم. مع وقد









Computed Tomography، وهذه دراسة تقوم بقياس تدفق الدم في

نسيج الدماغ البسيط لا يصح وقد شعرت خلال سنوات عشر بصدية بالوجع  
والإحباط في نفسى بوقت كالتجسس لانه من حاله هذه الدراسات أصبح شديد

الأسباب بعرض يمكن من خلالها رؤية بعض من تقي بربط ميكانيكيات مثل

ميل الإحباط ونقص التلشبس والضعف والجسوس ووجود ميل إلى عدم

طوره مبصر بيده؟ لعل على هذا سيكتويجيه تعرفه حدث ثورة في أسلوب

مدرسه حيث عيسى فقد أصبح جندوم في أرواحه لتبويض وأسره منكم

بني يعبر منها في لحيه من جعله كثر قسبه وسخاة للعلاج وقد أصبح

بني أن يعيوض كذا بكم من بحار ذات حلاوية كذا وغية بحال

معده كما لا يستخرج معوه من سوي بيده بحثنا معوه بتوجيه

الدماء بدر النماز وحسب الراس من يدور لتعشير المعوي على أبيض ومن

هذه في حبه كالأب هذه منات عشر منة معوه جميعه باسمه رجا

من لأحمده فمببه بشره في أفكر اخبريد في بسمير بخصي بطيفه

من أنك نوقعتا فهدت منامه طبعية في الأوساط عصبية بحاله أي مغير حذري

في لتعشير فمحرر يكتمل عام عن معيوضات جديدة في هذه معيوضات

منحصر لعمه موجه من نفس لاقرب وقد يستعمل عدة سموات وإعني

شعر بسعد في حاله بضمير مع سبي وتعب بأسف من وخيل قد سب

مخطي بقبول من قبل الأوساط نصبه وخصيه ردا كذا العلوب الذي

بوصلة لينا عدد الحاح مساعد بكثيرير في مركب سوليد فيا أمثال في

بمعونة من أرباب

## صدق ما تری

من كل في لاصل حد في محار تصوير مع فهد من عيب من دراسة

انصب في حادثة من روبرت في تاس او كلاهما قصيت فترة التخصص في

نصب عيسى في مركز Walter Reed Army اعني بوشطن عاصمة

وكان لدي عنقاده راسخ بأن هناك اتصالاً شديداً بين الصحة النفسية ونصحه

عقلية، ولم أجد فيها درست ما يعارض هذا غير أنني أكثر شغف أكثر من

قد يبرهن على هذا الاعتقاد. وحدث بعد ذلك من حسب علو ادمية في بظ





لدم وتلفاح داخل المخ. وقد ذه الدكتور ياديه بعرض صور لوظائف المخ لأشخاص يعانون من الحبس والاحتجاز والتشويش في وقت سابق وقارن هذه الصور بصور للمخ الطبيعي. ومما جلبت إليه من انتباه في عرض مرضى الذين لا يستجيبون للعلاج<sup>١٠</sup> - فتركت هؤلاء المرضى ريت تكتون<sup>١١</sup> لمخهم<sup>١٢</sup> تستطيع قلوبهم لمخهم الجديد انهم كمن طبقة عديمي حساسية كالكمبيوتر الذي لا يستطيع سيعب برنامجا الا توافر له يد مكررة وسرعته لكيفية وكان من بين تشخيصي خدمت انتهي في محاصرة الدكتور بالذي هو عرض صور المخ قبل وبعد العلاج مما يعني ان العلاج بالادوية قد يعيد في وظائف المخ وتعودي قد له حوله معرفة تربية

والذي هو انما في المخ فيه الدكتور بالذي محاصرة نشر الدكتور<sup>١٣</sup> في *New England Journal of Medicine* عن استخدام PET تصوير اسطفي لامتداد الامور. وفي معاهدة ساهم الذين يعانون من اضطراب قصور الانتباه والذين هم انما اضطراب نفسي شخصي فقد جسد هذه الامور<sup>١٤</sup> ووصف الدكتور ريتكين ان شخصين اتبع في تصوير في الامور<sup>١٥</sup> بعد ذلك بتركيه بعد هذه حركة فسر هذه الحجة في المخ والى خلاف للباقيين طبيعيين من مجموعة الضغط والذين يظهر لديهم زيادة في حركة هذا الجزء من المخ وهذا فصل دينا عابث مشكلة كل من كثيرين يعقبونها نصيبه ما حركت في الامور<sup>١٦</sup> ساعدني في تكوير صور كمن فهو شقائي بسالي

وسمي هي سيدة في الامور من عدها كتب قد اوردت لمتشهي حبس ريتيني معاد من احياه وعمره حكي في لانتشار وحلال مقدستي علاجية بها كمنه<sup>١٧</sup> من مرض كثره قصور الانتباه الذي يبعين امثله قصور فسر لانتباه سرعة اشعب عدم قصد وتمسك كما كان بهه يعدي من فسر لانتباه ونسي رسم من حصل انك لديها كان<sup>١٨</sup> لا بها من كمن من كمن درسيها بحاجته ومع نظيره في رعية فل من قد اتها كمنه معمل وفروب أن مختص سالي لدراسة سيكت SPECT

وكانت مديح غير عامة ففي حالة ميكون إعدده ضمن علاج كمال نشاط لم يكن عام حيد وخاصة فشر بثقة الرأس أما حينما طلب منها حل بعض «مشاكل» الحجابية؛ هذه شريطة على تركيز فقد صهر بديها بحدس ملحوظ في انتظام عدم التحرك وخاصة في حالة مقدمة الرأس وبدأت على حد المعلومات فترت عنه سالي جرعة منخفضة من *Ritalin methylphenidate* وهو دواء يسمح باستخدامه في علاج بعض الحالات لدى الأطفال والبالغين

وقد أبدت سالي استجابة رائعة للعلاج حيث تحسنت حالتها لوجية وقل إحساسها بالقلق؛ وأصبح يتكلمها تركيز عريض طوي وبعد ذلك أصبحت تزداد حرقاً بأدبها وحصلت على ترخيص جامعي رغم بعد تفكيرها نفسها على أنها دون مستوى ولكنها أصبحت تنظر بنفسها على أنها تعاني من مشكلة طبية وبحاج إلى علاج وهو كان للرؤية سالي صور معها تركيز كبير في العلاج، حيث قالت: "ليس خطئي أن أكون مصابة بمشكلة لاجبة، وبديلاً بعدو من كونه معاً مشكلة طبية منها مثل من يحدح في نظارتها وبحسبي مع سالي حملي عند دراست *SPECT* بذكر أن تكون ذات تأثير قوي سالي بعين لا حصر بهار مدى يتحرك من يدور من مشاكل عطفية أو تعليمية وسواءً من خلال هذه الدراسات أدركت سالي أن مشكلتها ليست كمن في رأسها وقد كان التخصص الذي جرت بها وسجابتها لعلاج أن غير من نظرتها بنفسية

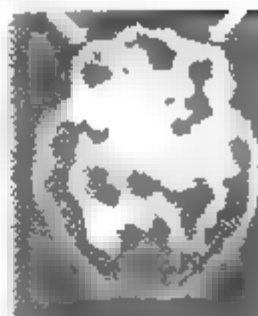
وقد أثرا بحسب سالي وسجابتها الإيجابية لعلاج أميت بحرق المرید من دراست *SPECT* على مدى من المرضي لدى لا بمشجيجين لعلاج وقد بدأ العديد منهم في التحسن بعد عرفت من خلال تلك الدراسات انجبر، بسبب لمشكلته في التحرك عالجني على حد بحرق وبعد هذه سلسلة من الأحداث عام ١٩٩٠ بدأت اما وزملائي في إجراء أبحاث إكلينيكية باستخدام دراست *SPECT* على مجموعة كبيرة من المرضى وقد أكد بحث مدى حريته بتفهم بعضه جيد سير كما جاء بمعلومات جديدة في بحارها وبعد حديده وخاصة في بحار اعلى وبعد حسن مرجحة شخصيات تصعبه

## دوات SPECT بي حريف على ساي



منظر للقر في حالة السكون

لاحد الامراض الجدية نادرة نادرة نادرة



منظر للقر في حالة التوتر

لاحد الامراض الجدية نادرة نادرة نادرة

نشرة مقدمة للرأي

و قد، فامس بهذه الامراض - بي عيني ببط مع لدي توصيف، وجود  
 بدون يودي في مذكر عيونيه وسهل في القصور في وظائف مع يدمر جهود  
 موصى في معالجة بحسب حياتهم و يعيرها بعد، بي كيف في علاج  
 مسود في ادمع مع بكم، بي غير جيد الاستخدام من وروجهم فقد بدت  
 بشير من حالات بي لم نكر استجيب للعلاج بحسب من خلال بوصف  
 بعلاجه بي في ان حسم بوصف سادة بكم قهال مفهوم بيص  
 سارة وهو عند معمر محب بصيرة جيدة ويمكن في معمر بشك فصل  
 والمكس صحيح

ومعنى هذا مفهوم في حد حرة سادة مع مع بوتر على سوك وقد  
 مستبعد من خلال س- ب SPECT في كور كثر وشية في تحديد موص  
 دا في مع وبشيم العلاج ساسف ومن خلال هذا لفحوصات تعيرت لدي  
 العديد من امعايه لاساسيه عن شاس وسخصية وحرية لارة واحير وشرة،  
 وهي معاهيه ذات مقاصد بي كشمحص بيدي

بعد تحسين الوصف ساي بكم مع خلا سخدم الادوية ونظمه  
 بعديه وتدريب بعينه لمركة صحيح بي لاشخاص بيدي كيو لا  
 يستجيبون لمعير فرد على بيبي سوكي - وهو - جديدة وصحيح نشاط  
 محهم نشاط يجديا فعلا كد صحيح بيهم فرد كثر على استيعار عي رغم



كتاب على حصة من الجهد المحل في تخطيط بشكل وثيق بلوكك وتجعل منك  
كانت فريد

تستعرف أن الجهد الطولي يعيق في مركز المخ هو مركز التحكم  
في الحد لموجبه ولا يندب بالآخرين. والاتصال بالآخر جزء أساسي من طبيعة  
بشر ومع هذا فعندما لا يعنى هذا الجزء من المح كما ينبغي، فإن هذا يؤدي  
في نسبة رتلب احاطه راحية وتستعرف من خلال الكتاب كيف أن روائح  
معينه بالإحاطة في وضوح يتكبر من شدة، سهير بحركة في هذا الجزء من  
مح كما تستعرف الأسباب التي تجعل من قضا الوقت مع الأشخاص  
لا يحد من ضرورة كى يوي اختيار بطرق وطيفة بشكل لاس

ما لعد فاعديه فيبي حارة غير تدويرا صحت في عني المح تتحكم في  
سرعة الجسم بهذه الحتم يعمل في الجزء بشكل يساهم فيه فإن هذا يؤدي  
في شعور بالثقل والبلع والسمور والحواف ويحدث حجاب وقد وثق كما  
تستعرف من كتاب عقد فاعديه يشبه هذا جسمي معرضا يقن وتؤثر  
وعرف شخصيا، القتل شعور سيئ بذلك ساهم ل في كتاب فكر كثيرة  
عن كيفية تسمية هذا الجزء من مح انه عندما يقل ثقل هذا الجزء فإن هذا  
يأثر في عيب على يتكبر ويؤدي في مشاكل في التحكم بحركتي دقيق

فاعي قدر مدته لرس فهي تقع في مقدمة مح وتعود هذه مشرف  
وساعد على تدوير واسخطط وتتحكم في اندفاعك كما يساعد على اتخاذ  
قرارات سليمة في الحظية وعند يكون ثقل هذا الجزء فإن مستوى في  
هذا يؤدي في مشاكل اربعة في هذه في قصور لاسب وان مشكل في استكبر  
في تنظيم ومبادرة وعند تعلم كيف يمشي هذا الجزء يشكر يحايي فإن هذا  
سيؤدي في رقابة في حنية افضل

اختيار تطوي هو سبب الحبر من مح لدى يجرى بشكل طولي عبر  
الجزء الأوسط من عضلات لاهامية وهو في سببه يندل لسرعة في انه  
ممكن من الالتفات من يتكبر لآخر ومن سبب لآخر وعند يرب نشاط هذا  
الجزء يتكبر معط في هذا يؤدي في ثقل اساه على مجموعة معينه في الفكر  
السلوكيات وعند الالتفات معها في غير وعند تعلم كيف يؤدي هذا الجزء



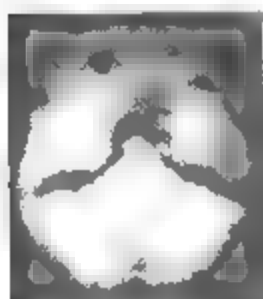






أدرو مركز التصوير في عرقه مجاورد واسمعي بظهوره من طوبه التصوير واستقرت كاسير، التصوير ١٥ دقيقة وهي تدور بيطة حوز ربه ونس خلال لصور من عهده مني شانه بكمبيوتر بدات شعرا ان رعد يكون هاب حقا عا و حرة تصوير عا و در اندروم بكم بديه بعض صدغي لاسر وبكى بعد مرجعه سريعه بدات كنب ركب ن حوده تصوير كانت مسدده ونس بعض لاسر مقفوله بديه وبسات عا بديه كبس و ورم أم به عدى قبل ذلك مو حننه و لمح بدات اخاف وار افهد الفاشة، قد شعرت باراحة، لأنني بعدد سمير سؤل و و قدوسى قد سميت بحشي وبحت لاخوسا بعض بعددى لاسر بربطه والعنريه ولي ايده نذي جرى تدرو داسه بربحيه سمع MRI ونسحب وجود نيس بحجم كرة بحوض يحصل مكو انيس صدغي لاسر وكشف سم به ليد من سمصا عدا انكيس بكن ك مو بضمب بديه در نحد شخص باجده ن لاسر بحدية

### المص الصدغي الأيسر المفقود لدى أندرو



### منظر سطحي ثلاثي الأبعاد لجذيب الأسفل

صورة طبيعية

المص الصدغي الأيسر المفقود

لدى أندرو

وتصفت في نفس اليوم بطبيب الأطفال المعالج لاندرو وطعنه على نتائج اذاعة سائح ربه سم وطبيب مه ر جدي بي بعض شخص يمكنه بقيام بهذه عملية ! قصص دكتور بثلاثه من عدا عصب لاطفال فقال جميعهم ! اسلوب مسبي لاندرو ودا يكون به ان صه بلكيس موجود في سم



في انصب جميعه صب طفل اعقب لا شب به صرنا مما نكثير ما يحتاج  
 بحث ولكن العديد من هؤلاء نادوا بضرورة ان هذا بحث يمكن ان يعبر عن  
 فهم عموم الناس ويرشد لا يجب حذر في دراسة وعلاج الأشخاص الذين  
 يعانون من مشاكل في سح يمكن تعريفه وسلاحيه

وسوف نتعلم من هذا الكتاب أن السلوك مشرق كثير بعيد بعد معتقد  
 فحين نبحث عن حينها نعرفه مصروف لمدينة لسوء شخصيته سيئه في  
 وقت نون يمكن ان يكون سبب في تصرفه ليس بالحديد بل طلاق وانه  
 بسبب ذلك وفسولوجيا سح وعلى سبيل مثال حاصلي طفل مرهو يعني  
 من ميول سوء وعنه في الاسرار كان ذلك بسبب وجود مشكل في بعض  
 لغوي وهو سحاب الانوية لصدرة لنوبات وهذا الطفل لم يكن سيد شيء  
 لا طلاق فقد في بي بعد ذلك ربما قد بدى رغبه في ان يكون يوديد  
 ولكن محي لم يسمح في ذلك وهذه الكثير من الاطفال الذين يحسبون الامر  
 في ميسر وحدث كثير سيخولون في شخص من الحير في هذه حصو  
 عني علاج خاصا وحسنا لا يكون شخص حيا أو مرضا أو مسمأ أو  
 مصعبا وعندها لوجود حذر في محه وسك علاج بطلا ليمسح كدرو  
 معاني

وسمما يحصل له على علاج ولكن لا يدعيه هو علاج ما بسبب  
 حذر في لمحيته و... نظيره علاج اني ببعدها ان يبعه في الامور  
 ... لا هو بجملة ... بل في ... الا بدل انهجه ... كاي  
 مص حذر بانك انك ام حو لاكون صعب وبخاء حيدر في سح  
 فانس في بخصه على المساعدة نفسي بعد وحذر من حبرتي أن معظم الناس  
 لديهم عنة في ... يكون قصص عندما يكون ان هذا في الغالب يعود إلى  
 عدم محوهم تغيير وبعده فكيف هم في ... الحذر الدفاع لديهم ونحن  
 كمحرفين لا يكون لديهم الاحساس بشيخه بفسه العديد من هؤلاء  
 الأشخاص

وحيث وقت قريب ذلك من بعدة وأمر حشده به منه سح قصصير  
 مع ويمكن معنا من حذر تصدير برين معصبي و لتصوير مستطحي

مخبري باستخدام الكمبيوتر موجود من السبعينيات من القرن العشرين ، ومن  
هذه بدات رساله تاريخيه وهي ابعثه من به من يمكن ان تدرس  
شكل موج من الحاله سابقه لا سيما ان توفر أي معلومات من كتيبه عمل لبحر  
بمساحه رسمه من خدمه بديع في بعض الحالات من خلال قياس نشاط  
نظو بائي في حج عمير بها توفر معلومات قويه عن وظائف التركيبات ان خليه  
مصح وعسى لخاصه لآخر بعد ان رسالت SPECT واضح بشكل كبير في  
بحر في حركه بدد من موج حيله خلال تشخيصها وباستخدام هذه  
الرسالت مستخدمه ابان ملازمه مع ان تربط بين اشطاطا من أو دافيس  
جراة محتفه بلح لستوكب من الفرضي وهدك يصح ان رسالت  
مستعمله مع مستعمل في رساله وظائف موج هذه تصوير حريين المعدطيسي  
لوظيفي في تصوير اسطحي لاسماد ، تصويري وكن في رساله وعيونه وقد  
حدث SPECT كوسيله مع ج لا يصعد مبهونه استعملها وسفره

هذه هي أهم ملاحظاتنا على هذا العمل. نأمل أن تكونوا قد استفادتم من هذه الملاحظات. نأمل أن تكونوا قد استفادتم من هذه الملاحظات.

وما يُوردها في هذا الكتاب ليس منه عليه من جميع العلماء، ومعلومات  
لني محمد بن رافق بن شاذان في بعض ما على حرد وبحث فينيكي  
شغل وقد قام بضم تصوير من عدة من الطب بسوكي بجزء - اسب  
SPECT لا سبب عليه كمر في حرد حرد في عدم فاحيره هي حرد  
فصر العليل في مجاء الطب والامر في هو في غير العليل عن الطب مع  
طبيب خطه لوني احمر في من يذو بصيق معارفه على الطب  
لنسي لا شانه - زيد حرد فضل مكابير اسي مستخدم في تصوير  
SPECT مما يعطيه معروف اكثر من الكابير عذيه وليس  
لهذا من حرد - سطح حرد في - يذو بصوير حده فصح بجزء

ي دراسات SPECT لكي يتمي ذلك لأشياء مرهنة كتاب وهو من ذهب  
 مركز صحي لا يسمع بحرية كثيرة في دراسات SPECT فإن نتائج الدراسة لن  
 تمشي لتخير بنفسه نصيب علاج لك وقدوة من هذه كتاب هو أن أقدم  
 تفسيراً على واسع من سلوكيات إشرية عديدة وشاء من خلال عرض صور  
 لمح على نوقها دراسات SPECT وهذه الصور توضح أن هناك العديد من  
 مشاكل التي كانت منها منذ فترة عويده نعية تماماً - كالتقوى واضطرابات الهلع  
 بفصول لأسباب ولكنها في الحقيقة مشاكل صعبة يمكن معالجتها باستخدام  
 موجح طبي جيد و خفيف مع موجح اجتماعية ونفسية ومن أن يمكن من  
 خلال هذه الدراسات الجديدة من كتيب غير مح من بعض هذه التقييم  
 مساهمة وطويلة الأمد بالإضافة إلى أجهزة لاجير كما مل أن يستخدم  
 بوصف إدارة في هذا الوقت صغير موطيح مع يساعد على أن تكون  
 أكثر فعالية في حياتك اليومية

من لديهم أعين - دعوه تبصر صوراً من داخل المخ

بمعنى SPECT هذه يمكنه في حصار محوري للكشاف الاليه  
Single Photon Computerized Tomography وهو عبارة عن  
برسه دقيقه بمعتد من دراسات طب نووي يدرس بشكل مباشرة تدفق الدم  
داخل المخ ويدرس بشكل غير مباشر نشاط المخ أو (أكتيف) في هذه الدراسة  
يتم حرقه نظير شعاع من نشاط (١٠-١٢) يحدد كما مسمى بعد ثلث عشره آلاف  
يكون من دقيقه واحده أو مائه يسهر بحلاب الخ مناصها

يتم حرق المريض بمعدل بسيط من هذا المركب فيوريد حيث يحوي  
عدد من في محدد الدم ويتم بعد ذلك من قمر مع مستعد مهمه في المخ  
ويعبر الأشعة على سطح من عدد الدراسة يمثل معرض (إشعاعي) اسطح حرق  
تصوير سطح من حلاب (CAT) و يعبر الإشعاعي مستعد غير تصوير  
شعاع (١٠-١٢) حرق إشعاعي مريض على طاويه عدد ١٥ دقيقة بينما تقوم كاميرا  
SPECT حرق تدوير بعض حور (١٠-١٢) وتحوي كاميرا على محور خاصه  
تشفط الأيون في وصل ليف مركب ويعبر ذلك من حلاب نظير إشعاعي  
جدو كمال في شدة شعاع (١٠-١٢) وحرق بعد يقوم جهاز كمبيوتر قابو اسطوي  
يركيز صور مسهوت بساح الخ وهذه مسهوت ارائه التي يقدمها ل  
الكمبيوتر تعطينا حرقه بعدة لمح وبصح تدفق الدم فيه ولا يصر ومن  
حلاب حرق الحرق يستطيع طبيب تحديد بعدة معينة لشعاع سطح مرتبط  
بأمرض عصبية ومعيه

وسمي SPECT حرق من يظب يسمى بظب تصويري فكلمه  
"تروي" (تشير إلى نوع ذرة إشعاعية النشاط أو غير مصغرة) وهذا انصب الفووي  
يستخدم مركبات إشعاعية اسطح (الصيدله الإشعاعية) والذرات غير المصغره  
نصر شعاع جاما وهي بلاشع (١٠-١٢) حرق حرق حام يعمل بعشبه شعاع  
من لصبه يستطيع عمدا كشف شعاع حرق من حلاب ويتم أو بلورات خاصه  
كما يمكنهم أن يسجلوا تراكم عدد الإشارات التي تلاشت في كل جزء من أجزاء

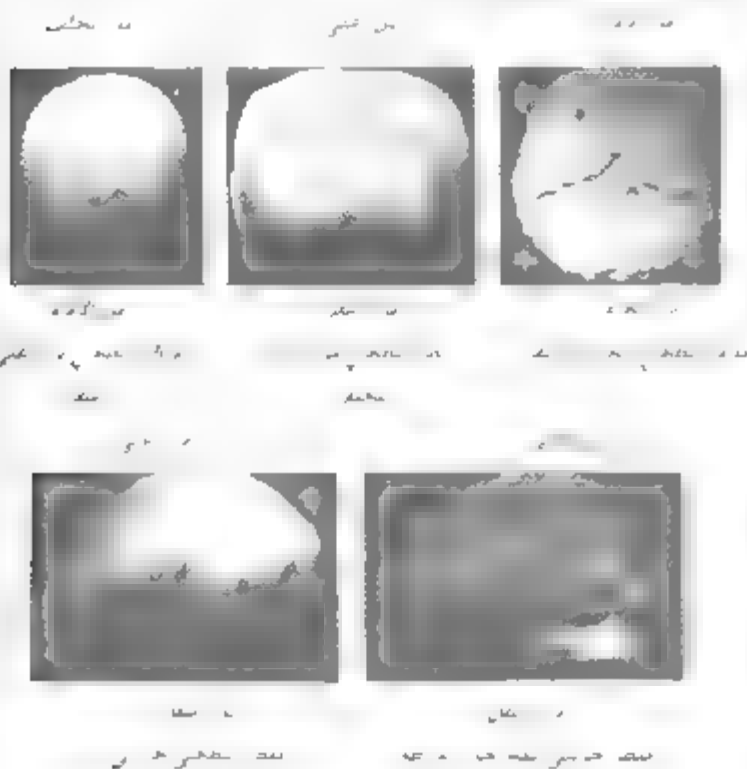






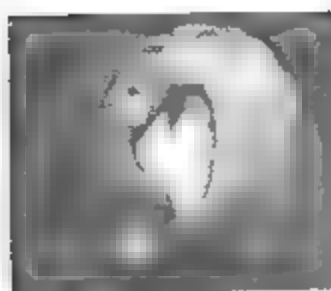
لنكون نديم في موجد. مع صحيح و نشر ليعرف و بعدلي ووسط مشاط  
 و ذكر لآخرى اوسى حسب شكله بحتية

وعينه دطء او هـ ـ ممكنه اخرى حرة ثلاث بن يرو مشاط  
 رندا في منطقة معين و بحتى في بساتين بحتى م او عدم تباين و  
 بساتين بحتى م بحتى م بحتى م بحتى م بحتى م بحتى م بحتى م  
 بحتى م بحتى م بحتى م بحتى م بحتى م بحتى م بحتى م بحتى م  
 قدم بحتى م بحتى م بحتى م بحتى م بحتى م بحتى م بحتى م بحتى م





مقطع أبيض اللون بعد المعالجة

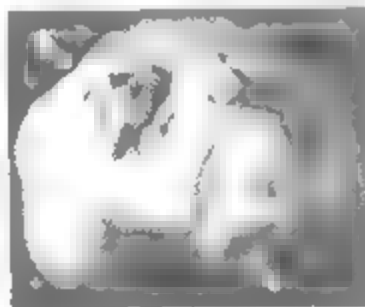


مقطع سطحي ثلاثي الأبعاد للجانب الأيسر

لاحظ وجود شكل كبير مسطح ووجود خضرة في بعض الأجزاء الأيسر

٢. التقييم بعد إجراء مزيد من الدراسات السريرية في مستقبل كرات
١. في التي سبق من بعد ٥ عام يعني من كرات - حدد لا يستجيب للعلاج  
ووه بعد عما عيشي بسعة ٥٠ سم سم - SPECT بعد حساب وقت  
هذا عندما كسفت ٥٠ سم سم - حدد كرات في سطح لعدم وجود  
عوامل تشير لذلك

مقطع أبيض اللون بعد المعالجة



مقطع سطحي ثلاثي الأبعاد من

مقطع سطحي ثلاثي الأبعاد من الجانب الأيسر

على أن يكون

أحدث التغيير الكبير في عدد خلية ووجود خضرة في الجانب الأيسر من

مقطع

بعد إجراء ٥ سم سم - حدد كرات - لا يستجيب للعلاج

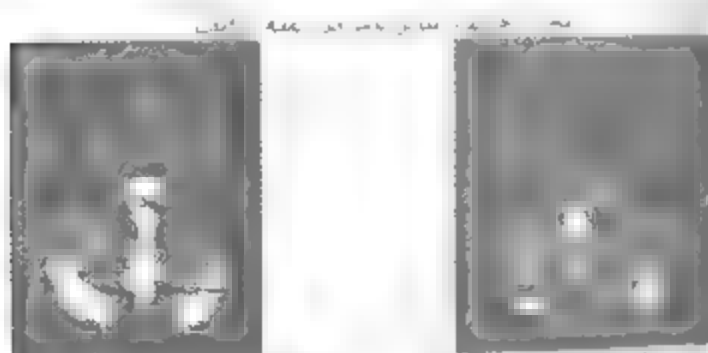
تغيير ٥ سم سم - حدد كرات - لا يستجيب للعلاج





غير أنه في هذه الحالة، كما نلاحظ، فإنَّ هناك بعضاً من الجوانب التي قد يكون فيها  
 بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها  
 بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها  
 بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها  
 بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها  
 بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها  
 بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها  
 بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها

كما نلاحظ في SPECT في حالة على ما يبدو قد تمسك  
 بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها  
 بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها  
 بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها  
 بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها  
 بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها  
 بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها  
 بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها



منظر ثلاثي الأبعاد للجانب الأيمن من  
 منظر ثلاثي الأبعاد للجانب الأيسر من

أحد الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها بعض من الجوانب التي قد يكون فيها  
 والنسبة الموجودة في مركز المخ، ولكن بعد العلاج باستخدام  
 Wellbutrin أصبح الجهاز العصبي طبيعي

وكنى بربوب لاغي كنه فوه سيارتي على نفس صويرو وعلك قلت  
 لها : - وبت على العلاج ونجست جانب يوسف غطيك الحطاب وبعد  
 سنة شهر كانت قد حتمت بشكر كثير وعطيتك الحطاب واستطعت  
 سعيد خصب

٥ مرقه - سمف مشكلة هر يوم بماء وبعاء المريض من حوص  
 نسي بسبب في ضرر كدت تبني هي جهر من رها في اثمته وتهدين من  
 بعد وكنت عده السيد وسيمه ومعر بفسه عدي وكنت قد ججرت في  
 سديها مع جحيز مع روجه ججدي لايريكي وده بكر روجه سدي كان  
 بده من جهر " علما هو سدي جاء في اني ربه خنك وسمف كان غير  
 معان ر كان بكر سدد ر دحسه سدي من مشاكل معروفه ججيره ومع  
 هده "ماء سمله مقدم نتج ر بسم كان سديها مشكل كثير في سدي  
 بها " كان معروف ب عيش من سم دكي معروف لم يبقده ولا حسي سم  
 روجه وم جبر ر سم SPECT على نسي بسبب وجو بعد ر خصب  
 لابه من بصر دماهي سم سم وسمف في معرض من نفس لانساه كثيره  
 في بوس انك عدا سدي عدا هدا " كرم فسمه هو سم الحطاب راسها  
 ججدي بكي " دكر في " تفاصيل من هده " سمه وعندها سأت أحبها  
 ججدي ان علاقه سمي بوجه علاقه سمفه سمه كرم سمي " سمفه  
 وحيانا ما كان سمف سم سمه ر جهر راسها ر الحطاب وكم طبيب  
 لاجب من بدي " سمف سمفه وشمب كدت تعون " هده لن يريد الامر  
 لا سوه









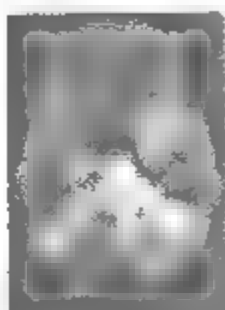


جاء مع بعد يحفد شعر مرملة من بعض سيدات حدوث معروف  
 حذوة عبد بنى وثوب لثوب وقب زلزاله زلزاله من يابو وحيات  
 د يكور بعد شعير ديزر د كبير وديسجة عبدة مثل ميشيل قد نسب  
 اعرض ما فيس بطقث و صدفه جسر وريد تفتش حصورة عنيها ولدب  
 لا من لا تخدم بها وقد با بعض حد نكت معه مع روحين خرين كنت  
 اعنيهم بعد و من بولك دي كذا قايح فيه ميشيل وزوجها فحلل  
 الاصر وقت بدء و بطقث كز روحان ينديا ما شاء سو وقت فكان  
 محل محل القوب اشجار والهد.

سأب ما تبف دوا عذر بوردت عصب يسمى Depakote

d valproex الشخص ان يهرب من شدة ا مزاجه مزاجه بش  
 اعطرت منه لاشعابي وحده ما في دربة SPECT اني حزن سبي  
 مسير واحد واحد منصفه لثوب بورد في بخر ديسر بر جهاز لطفي  
 وهو في دوا ما دحظه مع الشخص لثوب عاوي من مسرانا  
 مزاجه مزاجه فقه دوا Depadole ولد سبط في حذوها مزاجه ان  
 حد عير دوا في حقه صهر حذوب حقه قح عه ولكن الامرحو  
 حان كذا في شكل سابع بعد من وجه واقر صدفان بكي حقه  
 ما دوا دوا حدي وبيد عاوي قد بولك مثل سيدو حد بعد فبعد  
 عاوي منصفه صمدل عاوي تير يحب من دوا و ان حذوب سكراب

في ليلة من ليالي شهر رمضان في ليلة النصف قبل وبعد



سنة ١٢٠٠ هـ - ١٢٠١ هـ - ١٢٠٢ هـ - ١٢٠٣ هـ

في سنة ١٢٠٠ هـ - ١٢٠١ هـ - ١٢٠٢ هـ - ١٢٠٣ هـ قبل أربعة أيام من المحرم، لاحظ  
أنه في هذه السنين كان في شهر ربيع الأول من كل سنة  
لا يدرى في وقت بعد سنة ١٢٠٠ هـ من بعد سنة ١٢٠٣ هـ انتمت به جهار  
بطل (السهم)

### بريان

في سنة ١٢٠٠ هـ - ١٢٠١ هـ - ١٢٠٢ هـ - ١٢٠٣ هـ  
وكان في هذه السنين في شهر ربيع الأول من كل سنة  
أنه في هذه السنين كان في شهر ربيع الأول من كل سنة  
لا يدرى في وقت بعد سنة ١٢٠٠ هـ من بعد سنة ١٢٠٣ هـ انتمت به جهار  
بطل (السهم)

في سنة ١٢٠٠ هـ - ١٢٠١ هـ - ١٢٠٢ هـ - ١٢٠٣ هـ  
في سنة ١٢٠٠ هـ - ١٢٠١ هـ - ١٢٠٢ هـ - ١٢٠٣ هـ

سدمه وهو هـ ٥. يعني هو ساكن في مدينة وهو للموسم إنه دلت  
ما يفت و سبه معينه ولا بجم بعد بحري في فصل وبعد عدة شهر بم يظهر  
ب عدم في علاج بحري عدد مرات بجره دره SPECT لافهم أكثر  
منش عظيمي حج بريل وقد كشتت سرب بحر يكبره في جره انجوى  
و سرب من عضوض ساميه منح وهي صفة صافيه بقي سبرقه بعد

سج ريد



منظر جاني لثلاثي الأبعاد للمح حال نشاطه

ذات الشاهد الرائد للمنطقة الطوقه

وقد اجر بسبح م بحوير همدان من ثمي حير وشهد يكون  
هذا فراد في حاكمه هذا حير، من سرب د بؤوف عند فكر و صوكيت  
عينه من حركه خبير ! هو حير من حج بيل وصعت له جره  
بجسمه من Ser:rat ne Zo oft هذا من مصدر لوساوت ولا كذب  
نمرود عنه له بجم هذا حير من حج وحمل من اسبيع حلقى لاراع  
عبري بالاسد من م و سبح كد سبت ! لفض

## الزواج والمج

### عنة بسطي

حاجه سده بسطي سربني سدي كس طهافه يعديا من مشكر  
ب سه بسطي عسره شام كذب بحث كثير في عسر ولا بسطي  
و حدي و سفته لعدة في معد لاجيد و بشارت من سبعة اشهر فكر

و قد عيب عن مقعد عذوب مع زميله ولا يودي وحده وكان طملاً  
مبعلاً ومثلك وكثير من صد سوس من رديهما ثوب ومسي في بيحنا  
هنا عن علاج ولدت هذا فترة الحصانة. وأثناء التتبعم أخبرني جودر بأن  
زوجها متفاسك وحلاقتهما قليله

وبحسب حالة بظهور في الصور في لاسب وهو صرنا عصبى  
منه على و تي يضيف ٥ تنبهاً من الأحوال في الولايات المتحدة. ويتميز هذا  
بصغر بقصر قدمه ونباهة دغليه بسبب وعوضى دعاه وكن من  
منه يسير حاد ببحرته رة امشكر في سيطد على لادفع وعرو  
والر في صور ما هو قصور لاسده اشيب لدمو. و مدقات منه ومن  
نصف ربه لعمه ونسبي واندر بديان مو كبينه بدمر مع لابه  
يكون كبر لاسيه في التتبعم مع طبيهما و ممر

وبعد هذا سابع عورم ستخدمه ثبير من ودرن للعلاج حيث  
بحر مسفاى في لدرس واند بكنل وحبانو سرمد رقه وسبح سبها  
قد انزل على المخدم في موكب حذ انفس في حمرن فكان حذ و دل  
حبب سبها و صفة في حمرن واند به دة باد علاج من سبها واند  
معد حبب لوب مع بشره في انه يعنى من صعط شديد فعلى ارفع  
معا في حذ و سبها على لهما ١٠ بحد كك مشحدر كز ببه مديا  
الاس كك حمر حبس طاقف واطبى في كك لوب عن بديوب اصباح وحق  
حق ادوب من سبها واند بحد كك بديوب واند بدي لا سببب بديوب و  
١٠ حيزر واند بحد كك بديوب واند بدي واند بدي واند بدي واند بدي  
اند واند بحد كك بديوب واند بدي واند بدي واند بدي واند بدي  
لهد بحد كك الأحوال فله فكر لديمهم فكرة عن حجه اهتمام وقلق تشلر لهد  
فقد واند بحد كك بديوب واند بدي واند بدي واند بدي واند بدي

حتوى مكسب على ريكين ومكسب سبب لكبر عن طبعه معلقة  
بحر روكين من حلال كك من بحد كك بديوب واند بدي واند بدي  
بحد كك بديوب واند بدي واند بدي واند بدي واند بدي واند بدي  
سبب على اربعة واند بحد كك بديوب واند بدي واند بدي واند بدي











ويذكر بدورهم من سيصرفه شعور بلاصطيا. على ويلي لا أنه كان هناك  
 جزء سهل في محله فقد رن نفسه كما لو كان من اثنى واحد حلف لبيب  
 ويمسك باستكديس و-رب انه يصرف بدو. وهي وان عبه ن يصف نفسه قبل  
 ن يبوب لأول نحدث علف يلقوه. وانص بعير علف. رقم سيغري ومرت  
 هذه الأربعة

سعدا حسي زلي وصد ي حارثيد اسير تعرف بها وسعيرال  
 سيعرف من ح- ن سخصيه فوك سي لا صيت احراء درسه عي  
 محله وكما توقعته. اشارت نتائج الدراسة إلى وجود مشاكل. حيث كان هناك  
 ساعدي خراسان ذو بعض تصدي لاسير والذى يربط بحلل بوظيفة  
 بيه بحله لأصعده والعيب ما سى ثكن لقطاع لعدى لأوسط من  
 عجبوس مصعبه بظلمة نظق وهو بحر- من بحرين  
 ساد. حثية من سى الأخير وسهه نحو هاء مصدا راند لي حد حراء فان  
 ماحضو بحسوس دحل دواءن بفقير معجود زندي مباح دراسة خضع  
 ر- س- لى معيرت مسبوكة في حثيث ديمى وهى جوبو لأصعبها-  
 د- ح- علفك و- لمر سيبه بحاء رميز غلفه وكل هذه اسعيرت بم  
 يستمع انتخب هيب

مع ويلي القشور ماضية الرأس



مقبر ثلاثي الأبعاد لنشأت النج

لاحظ الرماية المشيرة في شدت حجب. عتوى وانص المصغى (الاسهم)  
 ما لخطوة مدنية للحراس فكانت وصف الأدوية التي من شأنها تخفيف  
 حشد دافع حتى حتى علف مصد علف علف مصغى دواء مص









































ستطعت من خلال فهمها بشكلها في فهمها توفيق على رباتي في ربات  
مناسبة. وأن يسمو على الأدوية الموصوفة لها

أحيانا قد تجد تصوير سخيف بعد عدد كبير من التصوير لاول. وذلك لكي  
أني أكون على أحدثه الأنيقة في فيولوجية الخ. وعلى الرغم من دراسة  
جديدة أتي خريف على مع. مرة واحدة وحول بحر كبير عن دراسة  
أول. لا شيء لاحظت به مرات هناك نشاط في جرة، من العصر الصنعي  
في مصر وذاك في مصر. ما يزال يشكو من بعض مرض مزمن. وبعد غيرت  
التي تأتي ستخدمه وأحسها ستخدمه Depakote، الذي يستخدم أساساً  
نحوه. بعد سنوات. ولكنه يستخدم بها لأصغر. لاكتئاب الهلبي  
وذلك في مصر. في مصر. كبر وكثر ليس له فقد بل حملي  
بها. تقودني وبعد طمس سنوات مازالت مازد. حرقه صعيد من  
Depakote لكي يصر حياء صعب

مع (سارة) الفائز بالكتاب الهلبي



مظهر ثلاثي الأبعاد لمشاط الخ من أعلى لأسفل

لاحظ الامتصاص غير النظم عبر القشرة

وذلك في مصر. في مصر. كبر وكثر ليس له فقد بل حملي  
بها. تقودني وبعد طمس سنوات مازالت مازد. حرقه صعيد من  
Depakote لكي يصر حياء صعب



حركات متكررة وقد استطعت من خلال استخدام دوسات سحري أفضل من  
 معاناة شديداً من مرضي وراثي وصحبه بشكل بياني طبيعي  
 ابيولوجية لا تضربهم وصورة علاجها على هذه الحالة وهذه الدراسات لها  
 فائدة كبيرة في تشجيع المرضى على اشتراكه في شعاع تقسم كما ساعدتني هذه  
 الدراسات على إقناع المرضى بالتوقف عن لوم أنفسهم بسبب ما يعانونه من  
 أعراض

### أعراض ما قبل التلمث

دانش: بعض المرضى يعانون من حالة مميزة التي تتمثل مثلاً واضحاً (وخطيراً)  
 لأعراض ما قبل التلمث وكانت هذه الأعراض بسبب مشكلة في الجهاز الطرفي  
 عصبية وقد فقد أحد أهم سبل الأخيرة سحري مسح على سطح القدم من  
 الألياف العصبية من هذا المرض من الشعور وحالات ضعف  
 في القدم إجمالاً سحرياً وهذا قد يلاحظ في وقت قريب من هذه التور  
 عندما تشعر المريض بحالة خدر في أحد أطراف جسمه دون وبارداً  
 في حينه معاً مع سحري سحري في هذه الحالة الشمية قبل جهاز الطرفي  
 عميق لديها غالباً ما يكون مآخناً

وقد ربي تشخيص الأعراض من قبل لعمت عذري ومن خلال دراسات  
 SPECT كير سحري هير سحري يسحري علاج محتمل لعمت لأول  
 مرة في دراسة أوكس- سحري جهاز طرفي سحري وهو مرتبط بغير  
 بجهة درية في حركة سحري في حركت لاسر من أجل اقترى عميق  
 سحري في سحري عصب وباري وظهر سحري سحري في نشاط سحري في  
 حركت لاسر في سحري سحري الانسحاب سحري في لثالي وكما  
 سحري سحري وسحري سحري لاسر سحري سحري سحري سحري سحري  
 سحري سحري سحري سحري سحري سحري سحري سحري سحري سحري  
 سحري سحري سحري سحري سحري سحري سحري سحري سحري سحري  
 سحري سحري سحري سحري سحري سحري سحري سحري سحري سحري  
 SPECT, gabapentio, Depakote, Carbamazepine, Tegreto, (Lamotrigine) Lamicta



الشعور باليأس من المستقبل

١ الشعور بالعجز وقلة الحيلة

٢ الشعور بالملل وعدم الرضا

الشعور بالذنب الشديد

٣ مشاعر انتحارية

٤ ابتكاء

٥ الحد من الاهتمام بـ ١ - حادثة من شعور مصير سمعة

٦ حدود عروب في سجنه بـ ١ - حادثة من شعور مصير سمعة

٧ حدود عروب في سجنه بـ ١ - حادثة من شعور مصير سمعة

الانخفاض مستوي لتقدير الذاتي

٨ انخفاض الاهتمام بالجسد

٩ احساسية انسانية لروح المعطور

١٠ أسير

١١ صعب التركيب

## تعريف أبعاد التفكير الإيجابي وتقوية الروابط

### وصفات الجهد الطرقي للعميق

في صياغة هذا الجهد ركز التفكير على كل ما هو حي وإيجابي وصحيح ومنطقي وحسين. كل ما لا يسمعه صيحه وسعير وجدير بشيء قلب في عقل الباطن. نحن نخلق العميق بنوع بمعالجة حسنة لشئ ما ونحن نركبها بفعلة بمنطقة كما يدر على ذوات اشبهة واندم ولحده - حبه وعذبات ساحرين نعالجه مشكل بحمار لطريق لعين فمنا من توكيد على عدم توسع التفكير العميق والادارة بسمه مدرك بواحد من مديح محبة واحداث ايجابية ومدة مديح بدمية مع لآخر منوع بامسك حبه على بهدف نعالجه صاغل لحده طرقي العميق على خبرتي لاكتبيكيه مع ابرمى بالإضافة للمعرف بعمدة عن كيفية عمل الخ والجسم

### الوصفة للطرفية الأولى

#### أقتل القمل

بجاء ذهني بعمدة لها صيحه و بكهة بعمدة بشكر كبير حي بوعيه فكبير فعمدة بريد شاط لحد طرقي بشكر بعمدة للامور بسية وشخص بوجدت بداعي عليه لا فكل بشطة جودت بلو الاخرى وبعده يصبر لدمصي يشعور بده و - بقر بخاص يشعور بعدم رقت ما بثرته بمتغير فهي نظرة فلي وبشابه فعمدة التي بصرنا من حلا في انفسهم ولاخرين ولعام من جديهم دافع ما كة بسية بعمدة فعمدة من لا فكل بسية بتمنيته بدهم ما بشري بة بلاخيرة automatic negative thoughts وتختصر إلى ANT، وهذا بعمدة في عبار من فكل بعب عليه البشوم ولكابة والشكرى وتأتي من سة بعمدة

وهو انكسر بتي يمكن - سمعته بالأفكار اسميه بسبب لشعور  
بالاكتئاب والاشياء ومثلا بعدة أفكار يعرف شخص (أشرف بدي بن  
بحر) و منحور الى الله - وهذا النوع من التفكير يؤدى الى ما يمكن ان سميه  
بالتحقيق الذي يتولد منه في الواقع بعدد من يبحر (عزوة) غاب الى يدكر  
بجده، وبالتالي ان يبحر في سببه في بحرين سيوفه هو اسبوعه بته  
شخص - ثم الاكثرت لا يتوقع حدوث خير في ذلك لا يدور جهدا  
يحدث يحدث بالام انهم غير من التفكير سوداوي قد يجعله بصرف  
ببعض بعد الاخرى غفلة مما قد من غروب ونسى حيث لاخر بعد ان  
يوقع في التفكير ويحدثي بحركه مع حيا - بربط من حيث مما يسهل  
نفسه لاخر من كما - في التفكير يستعد - على ان تكون اكثر فعليه في  
حياته في بحرين في غفلة هو - يوم يمكن ان يحدث في كل سبوكك  
سيكون ضارا أم نافعاً لك

ولهك أمثلة للأفكار السلبية الساعية (تمليه)

- إنك لا تفعل لي أيها
- ان نحتاجك في تحقيق - في هذا لا يعني شيء
- 1 لا حبيب
- هذا نوع من محسن عرف - شيء سيء سوف يحدث
- إسمع كذالك لا تبالي بي
- كان علي أن أكون أفضل من ذلك إنني فاشل
- انك مغرور
- لقد تأخرت لأنك لا تبالي بذلك
- حظ حصو -

وبعد هذه الجهد الشخصي عميق ينظم وعلمه لمط ان التفكير لحظة  
حديثة في هذا - لا يعرف مكان صبي تعلم فيه ان تفكر صبي في التفكير و  
معارض لمفاهيم التي تجوزي - سبب - على بوجه من ان أفكاره - وما في  
من بعد - ومطه - كثر أهمية الأفكار - وما في يكونه سميه لمط  
تفكر - بمصداقه - يعرف - كل تفكر من أفكار ثمرة - نارات كهربائية

غير المحي والافكار لها خصائص مادية محسوسة. فهي تؤثر تأثير كبير على كل خلية من خلايا الجسم فبعض يحد من الافكار السلبية في هذا من شأنه يحد من سعي جوار لطيف يعبر يدوي في خدمة مشاكل يرتبط به (عصبية، القلب المزاجي، لاكتئاب ...). ولكي يشعر بحسن حاله، تعلم كيف تتحكم في افكاره، وتجنبه شكر مجدي. فكل من يحد من سعي يعبر يدوي في سعي يستخدمها في سلاحي نفسي مساعد المرضي بهر يعبر يدوي في كل في جوار لطيف لعيني

### الخطوة الأولى

- قنن على افكارك حقيقة

- تدعى
  - ويحدث يعرض مواد كيميائية
  - هناك تحويل كهربائي يجري في المخ
  - بك تشعر به تفكر فيه
- الامكان جسمه وبها تدعى حقيقة من مشغول وسكون

### الخطوة الثانية

لاحظ تأثير الافكار السلبية على جسمك

مع كل مرة عكر فيه شكر صاحب د فاس و حور و عريب  
عمر اجسم هو - شديدة بحيث يحسن بالحساس جسميه سيده وتنشط  
بحسب انصقي عميق فكر في حين مرة كنت فيها غاضب كيف كنت بحسن  
جسمك معظم تدعى سعي يعبر يدوي في خدمة مشاكل يرتبط به  
وتجنب يدويه في تدعى سعي يعبر يدوي في خدمة مشاكل يرتبط به  
فكره سيده تفكر بها

قد ثبت في حور من معهد بومي بلنحة انفسه فهد نصريه في  
درسة رابعة بوظائف المخ وقد فهد بدرايه نشاط المخ لدى عشر سيدات  
طبيبات بعد ذلك طوبى محسنه عند تفكيره في فكر سعي وانك  
مخاطبه وفكر حور في تدعى سعي يعبر يدوي في خدمة مشاكل يرتبط به



وهذه الأسجديات حدثت بضم في محا ولا يحدث حد فصح شديد  
يصف من د خور بحقيقته فحملا يتصل مع ك فكرب سوء مر العصب  
أو الأصغف أو الأسود أو أي شيء آخر

### الخطوة الخامسة

مقررہ افکار السیومہ علی آیتھا قلوٹ

بلائی کا ثبوت - ہمارے قلوب بہت بے شعور ہو چکے ہیں۔ ہم نے اپنے دماغ کو استعمال کرنے کی بجائے اپنے جذبات کو استعمال کرنے کی عادت کر لی ہے۔ اس لیے ہم نے اپنے دماغ کو بے شعور کر دیا ہے۔

١٠ زلفا بدمه هي بعدة ثبات جسمي فشد ، اسويت في (باس  
مخويو ، وتر غم ي شخص حرج و نذخ فك - لاؤيا اسيمه سويت  
اجهر اعرق ادبك . كم تلوث عقل وجسم

## الحصص : ٥ أسئلة

[illegible]

### الخطوة الخامسة

مَدَامُ دِيكْ صَبِيحَة لَنْقَلَبْ









من عند من اعترف وتوقف - نجد هذا وقد علمه بنوعه ولا أحد يهتم  
بالنظر فيه - فبعد من لم يسمع من سبوح عن مشاعر - في - في شيء في غير  
نكته : ١ - لم يسمع من سبوح عن مشاعر - في - في شيء في غير  
من لست ولا فكر - سبوح عن مشاعر - في - في شيء في غير  
يحببه - في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
من جهة - في - في شيء في غير

نظره امرأته - في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
معروف - في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
شعر في - في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
فمن لا يعرف - في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
و يكون - في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
يحبون - في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
تراها - في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
- في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
- في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
هذا - في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
قدالة عن قراءة العقل فهي خاتمة للقافية

نظيره احبته - في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
سبوح - في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
- في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
- في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
لا يسمع عن - في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
صدقها ولا فكر - في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
شعر باندي - في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
- في - في شيء في غير - في - في شيء في غير  
تتحقق منها - في - في شيء في غير - في - في شيء في غير







معرف الأفكار الحقيقية والأفكار غير الحقيقية عيب - تتحقق منه فلا  
تصدق كل ما تسمع حتى في هذه

وعندما ما اسأل مرضى عن حجم الأفكار السلبية لديهم هم هي كبيرة  
أم ضئيلة متناقص أم مزيدة؟ لكي نحافظ على سلامة الجهر انصرف جميع  
سبل من تحكم و أفكار سلبية

منه يعرف بالأفكار ضئيلة مدحرج عقله و ررب نفسك على التعرف  
سبله ربيبه لانه عندما تدور هذه الأفكار وعرضها قلبك تلك بعدها أي  
تعود ومسعود من تحكم و جال - مرجية من بعض الأفكار السلبية  
من خلال تغذية أكل العمل العاطفي





سجده سرير، من بعد من قمر اسر عند شعور بقوى واستور  
والاكتئاب، أو الإحراق العصبي

في هذه طرق قدر هذا لا فكر بسببه

### كيفية قتلها

### نوعها

### لعنة الملية

اسم بحدود حين لا

لا يصر في بدأ فكيف في مبطنة

تحدث لي، ولكنني

أعرف أنك استمعت لي

من قبل وسوف تنصت

لي في المستقبل

بني لا عرف ديد

فراشه سر

ندير لا يهمني

ربما يكون قد قضى يوم

من بعد فادير في

اسويه مشر

لا عرف من يوم

سبحه من بعد

«

هجيوا بكلمتي

أحياناً أفس أحياناً لا

تسم بالذكاء ولكنني

لست هبي

تصنيف

بدي غبي

في محله لا مصر

في مصر

بشائر الرجعية

إلى نوزي في لشكة

درك

حدث دون لحدث الذي يربط بمشاعرك والكارث







## توصفة الرابعه الجهر الصر في العميق

ثم بحماية طفلك من خلال اثر خاص مطرفي

The Journal of the American Association

Association عام ١٩٩٠ بعد ذلك اثنى بسميه وغيره من هؤلاء

في حوض مينيسوتا و راسخين اثنى بسميه و لاربطت بوعدهم تقر

بيدهم بسنه خدود - جهر من صر مع مشروم كما يقر مغرب لادمان

و صر - اثنى بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

حسنة هنية اغنياء لاجره دي بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

للمر في صر بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

لافتحوري

و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه و لاربطت بسميه

يوسف بن علي بن أبي طالب عليه السلام  
 طاب له وجهه من الدنيا والآخرة  
 جودك مع خلقك من الله تعالى

٢. ثمة رأي في تلك الحقبة في رأيي في شيء يحبه وما  
مهم من تلك الطريقة الجديدة وحسن شيء من الشعر  
أما من حيثي وأنا أرى أنه لا يمكن أن يكون هناك شيء  
في تلك الحقبة من الشعر في يوم من الأيام في بعض خلال هذا  
في تلك الحقبة من الشعر في يوم من الأيام في بعض خلال هذا  
في تلك الحقبة من الشعر في يوم من الأيام في بعض خلال هذا

[illegible]

٣. وحظرت عدم فصل بين المذنب والمذنبية في ملاحظة الجحيد شر  
وعليه في تشكيل الملوحة من ملاحظة المصنف

[illegible]







يذكره بجرع كبير و ادعى يحب لا يجد جرح بحالي بحجمه  
طبيعي وبمجرد ان يحدث صنع في ثقة سيب ان تحول وهم  
أسسه

٩ بعد من مع الامر صعبه عندما يدرج شخص لآخر لكي يتجنب  
خلاف مع كونه بدت بعد بعض ثوبه ودا تكرر هذا فقد  
شخص كثير من قوه وبدأ في شعور بالاستياء من علاقه وهكذا  
يحدث تجنب الصراع على مدى الغريب يزدى و عواقب وخيمة  
على مدى البعيد و سب عليه أن سبب بما تؤمن بصحته بشكر  
ثابت و على دور حدة في قوه وقد من شأنه ان يحصد على  
بور العلاقه

حسبوا ولد للمعكم في صر هذه حياه سببه دلائل على شعور  
ان يصح بوقت هو كثر شيء على من علاقات مهمه ولكي  
معن العلاقه تحتاج و وقت حقيقي ولاسر بقي بينها طابع  
ويعبر فيها لاث و لاد عامه ما يحدث نتاجه سرهجي بين  
مروجير لانها لا بصيا واما كاهن مع مصمم ما ذا قصا  
وقد مع مصمم فيها يدرك كم يحب كل منهما لآخر وعندما  
يصر و علاقات مهمه على بها سنمار لوقت من هذا الاستمرار  
سؤتي ثمره على مدى الأعوام القادمة

### الوصفة السابعة للجهر انصرفي العميق

#### إدراك أهمية الاتصال البدني

لا يمشي لجه نظري ولا يربط عاطفي فحب من يص بالربط  
مدى و تلامس على امر لا معه من حر صحه حيد و قد يندشش اليه  
من هو ان هب و وج يقصون مشرقه موه او لا يريد دور أن يتلامسوا وقد  
ربط هؤلاء لاشخاص و وجدت ليه مشاركتهم العميق بالجهر نظري من  
عبيبه لاكتف و قد شخص عارض لاكتف لديهم لا بعد ان ساعدتهم  
على تصحيح سلوك عدم التلامس

والاعتناء البدني بعد عصر فيه في عملية الاستماع بين الرضيع ووالديه  
 فالعنف والاعتناء والكثرة بحميه وحسن عيين عن قتل الاب والام تمنح  
 الرضيع سعادة بالحد وثقة والام وهي شياء ضرورية لكي يكون لديه  
 جهر طري سليم وصحيح وبعد ذلك يفكر في شئ يربطه او لاصح بين  
 ابوالير والرضيع ودون حب وضعف من يكون لدى اخص جهر عري سليم،  
 من يجعله لا يثق بالحد ويحصل به وتراه يصر بالوجدد وعده الامن ويصيح  
 صهوا وبتهك

بل ان بعض صوري للحبة معها ففي حدى اسحاب اهمية في  
 عن اثبات من ان امير طور سيد فريدن سدي ان يعرف معه لبي  
 سيكلم بها الاصل ان شفاء من ان يسمو في كنه فاحد عدد من الرضع  
 من صاعده يظهره في حدى منهم وان حربه ان يطعموهم ويكرهون  
 ان يسموهم ويحمضوهم ويحذر معهم ومن يكلم الرضيع بكفه ومن  
 قبل ان يحمضوا بسلام وعلى انعم من فشل بحبه انعه لا بها شفت  
 من بها لا بها ان الالام من حربه ان لحياء وقد كتب (سامير) حد  
 نورحمد في ذلك وقت غر هذه بحربه عام ١٢٤٨ قبل انهم لم يستطيعوا  
 لحبه ان ملائمة وهذه منحه من عليها بحرب كثيرة وأحدث في  
 روماب في ان لمصحب حيث غار آلاف من الرضع دون ملائمة فترة  
 وصلت حياء في هذه وقد وضعت برسم PET (وهي تشبه راسات  
 SPECT) في جريت على هذه الاصل وجود الحاضر واضح في  
 حركة جميع أجزاء المخ

فلا يبط صرو البدني لاجده الرضيع سبر استجيب بطبيعته قد يتقى  
 دون قصد من قلبي من حجب من وديته والام يسير فهم سلوكه لدى  
 يتسم بالحمض الطبيعي فيشعر بالام والاضر والاسي من رعيهم في  
 يحو بالرضية وحجب على بعيد وذلك واضح حتى من هو لا طفل  
 الحيوانات فهم غنا لأطب، فسيهر وضع له اني لديها من انطوني  
 منها باردة ومن لاهم يعتقدون في عدم لاه الاستجابة هو لسبب في  
 رعاية اصل بهد وقد ثبت حديث من خلال كثير من راسة والاطواء به



بالأطباء، ويقر حجم ما يندولونه من قهوة، ويريد انصلاهم بتأليفه  
للاجتماعية.

كسمه معهم، ولكن في صر مجتمع المتحفظ شاكن قلب ملامه  
ما حد كبير، بذلك شيب. من اصاب وروحك وك من تحب بشكل  
منظم وبناد، ملامه بشكل منحد سيمر على تحرير اصحة بطريقه  
والارتباط الطري.

الوصفة لتسعة تجهر انصري لتعريف

### أخط نفسك بروائح رائعة

جهر، طريق هو اجراء المسرد بكل مدس غر معاجه حابه لشم  
وهذا ما يجعل معتور، مصور، حتى ابروج، بحمله يحذر مدس سيد  
بروج لخرجه معهم وقد سم في صحيفه "The Lancet" البريطانية  
- ان عن قود اعلام، سراج، مسخدم ريوت من زهور (حرمي) وهذا  
ليس عند المخدمه شك. مدس، ان راحته مساعد حتى يقبل شعور  
منصط، بالذات، كمد، على موه، ويم في حد املاح اصبح روائح  
خاصة في انه محار، وفي حوض، لخدم، وعلى لوبند، بالاصاف، في رعيه  
مطو، وهذا ما يح، يمكن ان يكون، في تأثير مخطوط على لحابه المرحيه  
الشم، هذا طريق بير، دول، في مصدس، هذه ابروج، ويبر، شعور، فمدس، سناول  
سيد، قوه، مدس، مفعلة، ويده، مع حبه، من خلال، جهر، مضمي، اوقود، حد  
مدس، يوب، مدس، مثل، حرمي، مدس، في، لاسر، يكون، بها، في، خطيره،  
وبد، بروج، بشرط، عصا، شمد، في، تذهب، في، جهر، انصري، مضمي.

سود، نمره، على، مرقه، في، مسخدم، في، مطبخ، في، عدد، من، بول، لعام  
وحيث، في، جهر، من، صر، مدس، فقد، عدد، في، وضع، لفرقه، في، عديد، من  
الاطبق، يد، في، ذلك، محشي، ورق، لعب، حد، لاصد، امصه، لدي، وعدم  
أحبر، في، موحر، راحه، المرقه، امصوحه، مضمي، من، مثير، جنسيه  
بالنسيه، في، ارجاء، صريف، مدس، على، حبهتها، وقف، يود، نصيب، معي، سعة  
بنا. ولم يكن والدك يتركني وحدي.



بها عند وقوع حادث. فبما ذكرت بحيث اندو صدمته سيرة فل  
هذا سيحدث بعين في حادثة إيجابية مؤدوية بالتحاصر الذين كان يتبعهم  
بوسيطهم ينسب ويصحب على حسن لأحد أو الذين عاشوا طفولة سيئة  
والتجارب مؤلمة هذه ظروفا تدرت يصعب كيميائيه سليمة في محهم، وبذلك  
حدهم يسرون لأحداث جديدة تشكل سببي وعندما ينظر بهم شخص يشكك  
فيهم فل هذا يؤثر في روح صحت كيميائيه متدنية مع تلك التي تؤثرها  
مع عند خبرهم أذاً، وهذا سببهم قد فاهم لا ينظرون في لانتساسة  
سبي هو تغيير يجري وذلك لأن مفهوم لإيجابية لا ينمو مع خبرهم

وإذا لم تغيرهم هذا فقط لأن ينشئ سبباً كاملاً في نظر للحياة  
والتجارب لأنهم ربما يفتنوا بتجاربهم ينظر لهم بدلاً من يفتنوا  
في عالم سببي وسعير هذا فقط يجب ولا ينشئ كيميائية التي من خلال تذكر  
لأشياء إيجابية، وهذا يحققه بشيء مع حالات سليمة صحية وبعد ذلك  
سيعوم مع استخدام الألفاظ الإيجابية التي دخلت إليه عند وقوع حادث  
الإيجابي، ويجب أن هذا لا يصبو صليب سببيه فاسي يصبح من لهم غيراً به  
بستخدامه قد ما يصبو أن يحضر قلبه يحسن لا لآلم من حزنه، تذكر  
الحقائق وصرع على لسطه ورب أن هذا جرحه بعينه حزنه مزاجيه  
سلبية إليه لهذا، وإصرار على تذكر الأشياء حبيبه يحسن بتدنية لعاطفة  
معدود يحسن تعدد تذكره لانتساسة وهذا جرحه سيد بدلاً من التركيز على لأمر  
حالية بدلاً من التركيز على جرحه الحقيقي في حينه ببعضاً من أعواء  
عديدة

ما بالنسبة من لا يقابل من لا كذب يشكر يومي فهو لا يجدون  
تعليم في حاة سببيه بيد ذلك من يورث في واقع وعندما مع لهم مشكلة  
هو يتنبؤ بتعكير فيها، شكر لا يساعد سبي حلقه وإحداث ثواب و  
الكرامات السلبية، وهذا الجهد صدقاً قد فهمه من تذكر تلك لأدوب في  
حياتنا بقي شعيراً فيها يعشاعر إيجابية

كتب قائمة بأسماء عشرة أوقات في حياتنا صنفهم بالتصنيف باستخدام  
أكبر قدر ممكن من الحواس الخمسة لأن التي تتذكرها في ذلك موقف،



معونات عن أدوية لاكتئاب لحالية بما في ذلك الاسه التجاري والعلمي  
وجرعات وعند علاج الاكتئاب الكينيكي من أهم أن تستخدم أدوية  
الاكتئاب فترة طويلة ويجب أن تتخذ هذه الأدوية من أسبوعين إلى أربعة أسابيع  
حتى يظهر تأثيرها وغالباً ما يستشير طبيب في هذا لأن لا يهدف لعلاج  
بلا فويزة قد يكون له نتائج حسيده

وقد ثبت أن علاج بالأعشاب من خلال نبتة سانت جون، له ثمر  
يجد فيه على لاحتساب كد يعمر على نهديه لجهها صوفي اسمعيل يستخدم  
هذه نبتة في أوروبا منذ عزم عديدة ومعتبر أكثر من بوصف علاج الاكتئاب  
بأنه ثمر حاليه وبسببه في عامين تكون حرجة هـ ملحقه مريض  
بوتيا من نبتة سانت جون، نقي تحتوي على ٠٣ من "hypericin"  
وعلى الرغم من أن هذه النبتة أعراضه الجديدة من من لادوية لآخرى إلا أن  
هذه لا يعدي أنها بدور ثمر حاليه على الإطلاق فبعض الناس يصبح لديهم  
حساسية من الشمس ويريد منه أصابهم بحروق شمس، وبعضهم يظهر لديه  
حب اشديد، وعرف مريضاً بحقيقة صديقات فلبه بشكل كبير بعد شهر من  
تدابه بدوية نهديه منه ولربما يرى أن تدوله لابد أن يكون تحت شرف  
طبيب نفسي

ومع هذا قد يجمع ما بين لادوية ووصفات الجهر الصوفي لوردة في  
هذا بعض للحصول على أفضل النتائج

## الوصفة المعشرة للجهر الطرافي العميق

### جرب التكريب البنفي

تدريبات جسدي يمكن أن يعفد ذكراً كبير في شدة الجهر الصوفي العميق  
ذلك لأنه يؤدي إلى إفراز الأسروبيد الذي يجعل شخص يحس بالسعادة  
ويوجد لاسروبيد في جهاز طرافي ويعمل تدريبات جسدي أيضاً على زيادة  
تدفق الدم للمخ بما يعينه ويجعله قوي وصنعه بالشكل سالت فكر في تأثير  
مدفق الدم للمخ وتعدديه على باقي أجزاء الجسم فاحسن تدقيق أو بهرل لا



شعر بوجه ونصر الامر يطبق على سح والتدفق لجهد منه إلى ان يصبط  
 ساط بحيار اصرفي بها ينمكر يحيد عن حله لمرجية للشخص  
 ولاشخاص دين يتربى بشكل منتظم يشعرون بالراحة والصحة  
 واسه . نتي لا يشعر بها من لا يه رسون الشرب حيث مرداد طقمهم .  
 رشمهم وينمرون بشكل جيد وشعرون بحانة صراخيه مويه وقد وجدت  
 نتي من سبيد . شربيات جديبه سعيد في علاج لاكتف وقديرات تعيد  
 ينكر خاص لاشخاص لدين لا يفسد سويه الاكتاب هناك شخاص  
 يسميه من لا يويه شربيات سوية تحت شرف طبيب يحملهم بشعرون  
 بالراحة التي تنتج عن استخدام الأدوية.

في حين انشاع خيرة ومع ريد عند ساحات لعين وسفر  
 انوس وعين كلا يودين يرد اهميه شربيات واندية شخصية في  
 حداثه سي لخصه فلا سهل هذه شربيات وقد اضطرت تكتولوجيا في  
 لا . ومن لا لار العديد من شربيات خلال انمشرين عما الاصبه فستد بين  
 من عند الجهد وشاشا اندي في حيد اليومية ففي فيلم قصة "ال أنجد  
 . وسيف مايب يخرج من صرته ليقرر في سبرته ويعود عشر يارت في  
 من حار . ويخرج من سبرته يقرر ليد وقد يبدو قد نوع من سابعه .  
 . كان ظل كة مرة بمشكك فيها . يذهب مشي في معجر لحي للتشري  
 سحرف . يكتب مهر بولير اوقات . وذهب وسيرد ومتر هذه لحيه انسي  
 يمد عن انكس جعل بحسم يمد كمدته . او بعد حري له يعد الجسم  
 يخر . دهرين دهرين انكي . ونبي حيا . بعديه والصبر جدي وطلب على به  
 . من ساع بر مع شربيات ليدني بشكل منظم شخصي حسم دهرين في  
 الخمسة . ويحفظ على لقلب قويا وصحيحة والعصلات مقدسه وانبرم  
 ندي وجود من ثمة يص . بعد احبار صرقي العميق ومن هذه عواند  
 اسرب يعطيه به من لطفة ويحميك من انكس

الشراب يريه شعبيه لا يفسد ويعمل على ضبط اشبيه وبديلي

يحافظ على احواله





ثار جانبية قد يعطيه مبرد عن لآنية الأخرى المضادة للاكتئاب وقد تم  
 سحب هذا الأسور منذ عدة أعوام بسبب تلوث طبيبه من أحد  
 مصنعين أدوية مرضى ناس وبعض بوليفات ولكن سيتم فحصه لانه  
 دوائي وذلك ما أوصى به روبرتسون (بحرارة الروح من ١٠٠ ١٠٠ ٣٠٠  
 مسيجرام قبل النوم هذه وصفت بعض اسر سب حديث يستخدم (الايوسينيون)  
 وهو من عائلة فينامين ب ويمتد لحصول فيه من في متجر بيع لأطعمه  
 نصحيه وقد وجد ان سب ١٦٦ ٢ مسيجرام يوميا يعطى على تقيد  
 بشفاف مريحه ولاكتئاب وعيب ان تستشير طبيب قبل بدور هذه المواد و  
 غيرها

ما يحدث مسوبه لهورمونيون (استدعيت) هذه مرسل  
 بالاكسيد وكس وسحب تركيز وسببه (الشوش الذهني) ولعبر  
 مسوبه هذه تكون يصبح بدور يحدث بسرعة في نحوي شى  
 هروبيات (مثل السحب) وسحب وحب وتحت كروبيدات لبيطة  
 مثل كبر والكيل والبسب (سكربيات) كما في كثير من أطباء من  
 مرضى ناس حماس منه طبيعى مثل (سيرومين ١٠٠ ١٠٠ ١٥٠  
 مسيجرام يوميا) حصول على لصفه وزيادة التركيز والحكم الاندفعي  
 وصف لهم انص دل حميلالانين d-hpeny,alanine ١ ٤ ملليجرم  
 ثلاث مرات يوميا على معدة خائيه وبعد لتفيل لشفاف مريحه والعصية  
 ومرة اخرى انشد على ضرور مرجع طبيب قبل تناول اي من هذه لأشياء

## نظرة في الفلق والحواف

### العقد القاعدية

وظائف العقد القاعدية

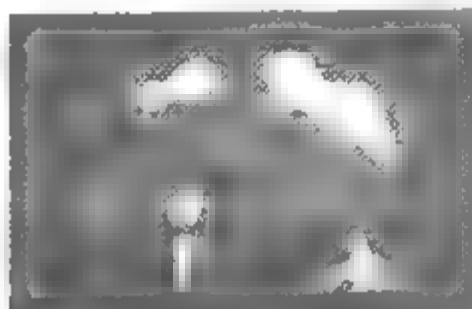
- الربط بين الشعور والحركة
- تهيئ السلوك الحركي الدقيق.
- قمع أي سلوك حركي غير مرغوب.
- ضبط سرعة المبادرة للحركة ومستوى حوتها
- تقوية الدافع
- التحكم في السعادة والبهجة.

العقد القاعدية عبارة عن مجموعة من التراكيب التي توجد في مركز مخ  
وخطوطها الأخرى لتعمل على الربط بين مشاعر وأفكار  
الحركة بالاضافة الى مساعدة على تمييز حثول حركي وقد لاحظنا في  
نفسنا كيف القاعدية تسهم في ضبط سرعة الحركه او مستوى القدر  
نفسا محكم في مستوى تدفيعه وتلعب دورا في الشعور بالسعادة والبهجة  
وهي نظرية سمو على كل من هذه الوظائف

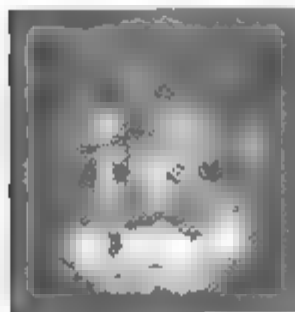
بحسب شكلها بين المشاعر والأفكار والحركة في العقد القاعدية وهذا هو  
السبب ! انك تعرف عندما تكون سعيدا وترحس عندما تكون حزين  
عندما تحاف أو يبعث لك غنى يستقل يدرك وهكذا نجد أن العقد  
تدبرية تعمل على تسهيل التكامل بين مشاعر وأفكار وحركات الجسم  
وعندما تكون في حالات تغير الحس العائدية أو لاهلاي دونها فلا تصدر عن  
جسمك أي حركة حاسية ذات نية مريض صيب بحزن شديد في حالته  
درجة بخارية في (سان فواصيميكو) ويمسك راف على الأجر يحترق ولف  
لناس حوله وقد جمدهم الخوف، ثم يتحركو بفعل شيء خائنه ومن هذا  
لرحس عدة أنواع وهو يشعر بالهبة من ربه فعل هؤلاء الناس وظل يستمر  
في يتحرك في منهم مستمرة من لانهم لم يدركوا أنه لا يستحق أن

يسمى الآخرون لمساعدته وعمره أربعون عاماً يعني من لم يبدى من جراء  
 حادثه ولم يخطي من جراءه معونه بالأساس به تهتم بمساعدته ولكنه شعر  
 براحته حينئذ وبعد تسير الهند حواف وجوه شدة العاصفة الناجمة عن هذه  
 حادثته لروعة قد شعرت أنه قد بدعية سائرهم بما شهِدوا من حركته ودون  
 على الرغم من رعيه معظمهم في مساعدته

جهاز العقد القاعدية



منظر ثلاثي الأبعاد لمشاط الخ



منظر ثلاثي الأبعاد لمشاط الجانب المغلي عن الخ

وعندما تريد حركة عقد عذرية كما ريت مع الأشخاص اسير سليم  
 ميول إلى صطيف قوي سدد ما يشعر سحقاً به ضغط قد يضر عليه به  
 يجعله يحمى ويسكر (عن المنكر و بحركه) ف قدس تفر حركه لعقد  
 العذرية (كذلك يحدث) مع سائر المصيريات - تصير (متمية) في صعد



Hello, my name is Tommy.

خطبوني ١٥ عام دون تعلم انوية

Hello, my name is Tommy.

خطبوني بعد تسخير خاتمة (المعبر في الانشاد) وملاحظته بالانوية اسبعية

وغير لآخر على دور عقد تقديري في تحكم بحركتي ياتي من فهم موضوع حيزهم مما شغل احاسن وملازمه يوريب ويحدث لسبل لراعاتر بسبب بعض (الذبابير) و جهن بعد تقاضيه وعرض هذا يرس رسته في ابدن وحبس نفسي او حاب بحركه استطعه ومن بحركه وانعدام تعبير لاجل وسط لحركه وعدده من بعض يربط دويه تعمل على ريدته دوبايد من dopa والتي تحفظ كثير من عدد الاعراض وتسمح بحركه سليمة وقد طاعت اعنت غاضبه يصح مع بحركه غير امروية وعنده يحدث مشاكل في هذا بحركه من مع قد هذا يوري عدم الى ملازمه يوريب وهو مزيج من التعصب بحركته وصوته مزيج من التفصيل من هذا المرض سيجدها بعد ذلك في هذا المصنف

ومن خلال يحدث تصوير مع اكتشاف ان العقد عاضديه لم دور يصاف صبت عزمه بعد الجسم المستقر نحو فالحركة الزبد في هذا بحركه تفسر ديقو والصور ورياء وهي الحروف وقته بحركه بودر او مشاكل في اسبعية وخطية وامثابذة

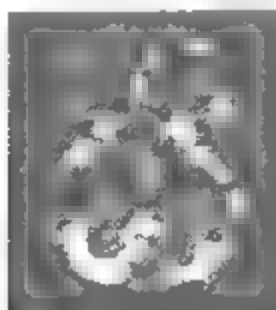
من شير به عدم صوب من بعض الثفر دوي له فقيه لغاية مثل اسر لتعبير لشركت واحد هذه حركه شدة في بعد اسبعية وبحر رة من بعض ما يمكنه من يستخدمو هذه لراة في الحركه في شكل فقيه لكي تصحوا فعاير في المجتمع فأمي مثلا والتي تعاني مثلي من يرد في حركه هذا بحركه يراقنه بعض شي وكبها ثمة حركه فهي سبع جولت اربع و خمس مرات سبوتيا كد بعد ثمت يربيه سبعة اضعف





محدثين من حيث يعني كند من قس قد أُخبر على بير مسجداً سطح كجراً  
 من مجموعة محكم فقد فريت ن جري ن مسجداً آخر في ظل قصة الحب  
 بقي كان يعيشه ودهشة حبيب وجرم مظهر محبة كند نو كان بير قد تدور  
 جاسه كلبه من كوكي يوز قد كانت هرب حركه رائدة في حركه الأيمن  
 لايسر من عقد عصرية شبيه حركه مع حندو يسر لاسر سمويث وهدا  
 شد . لحيث من مديه على سطح بيع و قوتها قد مدافير اسي سجب  
 لوز

سج بير حندو مذهب



سج بير حندو مذهب  
 لاحتفائش ط " نك لملقد القاعدية الهنري واليهض (الأسهم).

### مشكل جهر عقد افاعديه

- الحق والمصية
- نوب على
- طير س ص مديه
- امير عوفع احو
- تجذب الذخون في صراعات.
- مدامه حريث
- سمر وده اعدلات
- بعاش
- صدق

## العلق، والعصية، ونوات الهلع

بحركة الرأب بعد انقذيه نريد من سترجاء جسم زينة دت اذ  
نعمو بعلق. وعصية والوسر وكدت وقد لاحظت ان كل مرضي  
مريب لن يرحبه من اضط بـ " اسمع نريد ديهه حركة بعد لقديه  
" كما يصح من لضع من يجرف عني بح

## جاري

در (جاري) قد حامي مند تمانيه يوم بعد ان ذهب لطبيه يشكو من  
انه في نصير هفحت لطيب حزن ليحد ان قدر حزنه مولدوه بكرى ومن  
م عس منه حزنه دعه X سي يكلية ومحرر ان سمع " ج د " قد يلى  
" لا قدر سوف يشرب لطيب سي يرض اسطاط لاخط هذه هذه  
المسبه ولم يوقوف بكثرة عند هذا الحد " سيكتف لطيب هذا بجر  
سوف حسي للعلاج كيميائي " وبعد شئ نوا ان حاري" قد تحيل نفسه  
الى علاج " وسوف انه كل ما في بصري وقد سحرى وشعر بلام هذه  
بعد سب كل هذه الفكار دارب في هذه حال ٣ ليه وبعد  
صبت نوى هلع وابت بصب عليه وصحت يده بريد كشم وازد  
سبه نفسه ومضرب جسمه نرى وحصل لطيب لا لا لا استطيع جري  
٥٥ ليه

في حب القصب قد انه مذهب دلا در يعني قد جنتني طلي  
مستادة قد طليبت جريه لشمه لأخرى  
قد جري لا لا لا فهم در عني سي استطيع جري  
هذه رسة " وحيث طيب عر سيموني بصل في يعون رباب من نصبت  
- مدني في شئت هذا رجل "

وبمجرد ان أخبرني "جاري" بهذه الحصة عرفت أنه مصاب باضطراب  
مع مستمر ظل معه طوال حياته وكاوت جاري أيضا خبيرا في توقع الأسوأ. وهو  
اصيب لأساسي في أعراض الهلع سي لديه



بما كتب في متجر يافاه ربيع شعر بدوار. وصعوبة في النفس وريادة  
بصاف القلب واحساس عظيم بهلاك وشيك. فما كان منه إلا أن تركب عربة  
اسوي وحرب أو سيارته سكي فيها ما يريد على اساعه. وبعد هذه المرة  
رب مروت حدوث بوبان يطلع بما جعلها تمتنع عن خروج من اسير حوى  
من حدوث هذه حدوث. وإن أن تجد من يساعده ويوقف مرشاً عن لعب  
دجنت روحها يصحب لأطوار مر وان اسيرة وكانت ترفض أي أبوية،  
لأن أنها عندما حاولت التفاوضي من هذه مديات أدمنت عقار Valium وكانت  
كثيراً تعملها بسود ولم تكن مارتريد. يكون كأيها وكنت تعتقد  
سيه ر تتحكم في نفسها في هذه حدوث. وعندما رى روحها ر حاسب  
سود. حدها في علاج النفسي ثلاث: أدى عليها لا يرحم. ومعارضه أفكاره  
سلبية ولكن دون حروب. حيث كتب حاسب تسود بعد جعل روحها ياني  
سها سي وسير يرفضها مدول لأبيه فقد قرأت حراء درسه SPECT  
سها سي وسير ولا وسح سها بعد أن وصلت سها  
مع ماركسا التأثير بالاضطراب الهلع



منظر ثلاثي الأبعاد مشهد الجحيم لاسفل المذبح  
لاحظ ريدرسام أحمد القاصيه يسمي (السموم)

وقد أوضحت القراءة وجود راحة ملحوظة في نشاط العقد القاعدية اليمنى  
وهذا يشير إلى وجود اضطراب هجي وأثير أن مرضى الذين يعانون من  
صراع يطبق عليهم نفس هذا الكلام. يضر لعدد بوصف اضطحية لنوبات

لهج فإن هذا يجعلني - بلاني - نساء جيد دا كس نتائج تي  
ظهرتها الدراسة فيما يتعلق بالعقد القاعية تعني أن "مارشا" تعاني من نوبات  
سوكية

وقد أفادت نتائج الدراسة "مارشا" بأن تجرب الأديبة، ومن ثم وصفت  
Klonopin وهو دواء مضاد للتشنج يسخدم هنا سحكه في نوبات  
وحالات غير قصيرة تمك "مارشا" من مغادرة المنزل والعودة للعمل واستئناف  
حياتها وقد عجزت حافة للأدوية بجميعها من وصلت إليها بعد لعدة أسابيع  
في سببها واحد من ذلك وهو اضطراب نفسي الاسترجاعية الحيوية  
والتي سببها في أنها على تحقيق الأفكار السلبية التي تقوم على تنبؤ  
بأنفسهم أنهم سيبذلون في نوبات لا يوقف وتشتت في جميع

تصطبر إلى تصعد من بعد الإصداك

### مارك

مارك أحد سكان في حبيب من عمرة وهو يستطيع تحمل محرونة  
غير محسنة وكذا. أجمعه أنه سبب لعل في حرو - لظلاو - مع حبه يشعر  
بأنه حبه أحيات وهو مع صبح سببه لعدم عدوياً ومحبته. وقد  
مئة كما كان مع بعض مرضى. وكان يملأه شعور به شمس حواء  
ولت كما كان يشك من صبح. وكان مارب قد حصل على وسم  
حرو فينبه حيث كان حقد منده قمره بريد شقي. ثمة شخص ولد  
حقيقي. وقد استبدت في فينبه. وقد استبدت فينبه. وقد استبدت فينبه.

وقد قد في في سبب. ركيات صحي تعدد وقد ك يعاني من  
تجرب صعد من بعد تصدده. وقد بركته روحه شعراً به بعد قد  
بحيات. ونظر من لاخر من مع. حور صدي في. من ثمة حور فينبه  
قد اذ جرا. SPECT مني حبه وقد كشف استرسه عن وجود  
بها ملحوظة في سبب حديد. ليس لمعد تقاعدية وهي بـ ١٠٠ م. ١٠٠ م.



اللعاس مع صرع ويمس لأشخاص الذين يعانون من مشاكل في المعدة قاعية  
في الشعور بالجنون من جراء أي صرع وبستاني يقومون كل ما يستطيعون  
لجنته ولكن جنب صراع يمكن . يكون له آثار سلبية خطيرة على الحياة

### طريق

ويرى صاحب متجر بيع لأعصمه نعنه وهو من الذين يكرهون صرع  
كما أنه يشعر بشك بغيره وقد يرمين وبسبب خوفه من مواجهة معقته هذه  
مشاكل من بعض الأشخاص غير ضاحكين لعنه كما ر هذه مشاكل  
حسنة بعام بطر شديد مع الأشخاص الذين يندمبون معه بسببه وذلك  
كأن يورين بعمق مريرة وعدم حرمة في الأوب من ر هذه مشاكل سبب له  
'بما مضى ؟ رواجه فعلى مدى اسوم م يستتبع . يتحدث عن الأشياء  
سي لا يربط في وجهه وضركم هذه راحة في ر شعور وقد كان حزين  
لرومه في راحة هو عبيد كيف يعمل مع صرع

### بيئتي

وبالفعل كان مبعوث بيئتي راحة تحجب الصرع ان يفسده وحبها وقد  
دور بيئتي مع في شركة دروب ونظرا لذلك فقد تقدمت بسرعة في  
عقبه ان . صاحب في مقصوب يوحب سببه اسباب مع رجال يتمتعون  
بسيطرة كبيرة وسببهم روح مدبر . لاصافه ر اعتياده انصراع وهو حبه  
ذلك في راحة بيئتي رجا هؤلاء الأشخاص هو اسره . هدوء ومراعاة مشاعر  
لا حريه قد كانت بحدوث عن طريق لارضايتهم . وبت لكي ينجب لقلوب لدى  
كانت بعد ان سيطر عليها و . راحب معهم في صرع مطروح . ولب أن  
بحر من حدث . بعد هناك تقدم في عقبه . كما اعتبرت في انحراف في  
نصره في مع جعله غير قادر على التعبير عن ربه . ذات لا تتفق مع  
الآخرين

وبكث بيئتي في حاشي في راحة . لاسف كانت تعاني من اضطراب  
علمي شديد كان يعوقه عن انبساطه وكان صلاتها بزوجها هم الذين يقومون  
بها في كل مرة . لاسف ان صاحب من حدث هذه بوجوب له . واثمة



لعلاج عصبيا كيف نمدد مع لصرع نصاب ن توجه هؤلاء الرجال ولا  
تهر- منهم ولهم صبحت تصرح برأيتهم في الاجتماعات وندافع عن موقعهم  
في شركته وبدات الإدارة العليا تنظر إليها نظرة إيجابية  
ومن المهم للغاية أن نتعلم طرقاً لتهدئة بعد اعادته ولا نتجد أن  
عنى ودكرات الماضي قد تحكم في حياتك.

### متلازمة توريت

وهي متلازمة عصبية جدا مثل نجر بين اعمد متعددة واضطرابين  
يبدو مصابين وهذا اضطراب قصور الانتباه واضطراب الوسواس القهري  
وتعتبر متلازمة توريت بـ (تقريباً) صوتية وحركية تتميز ما يريد على عدم  
وعزت لحركية هي عبارة عن حركات جسمية لا إرادية مثل طريقة معين  
دهش رأس والكف والرجل وتشنج وتشنج بصويبه مثل إصدار أصوات لا  
تدعى مثل بكحة وسعال والتصير والسعال. وأحياناً لتب (تبدل) في  
كلام ويتشبه هذا مرض في لاسر وقد يوتد بعدة عيوب جينية في عائلة  
(الأمم) وتشير دراسات SPECT التي أجريت على المصابين بهذا المرض  
سواءً بعد هذا المرض أو عيوب من وجود عيوب في العقد القاعدية والاضطراب  
عربي في هذا المرض ارتباطه كبير باضطراب قصور الانتباه واضطراب الوسواس  
قهري وتشير الإحصائيات أن ٨٠٪ من مصابين بهذا المرض يعانون من  
نحو ٩٠٪ من الوسواس القهري وقد يندرج هذا المرض في ذلك كائناً  
بما هو من الاضطرابين. لكن يعانون من قصور الانتباه يجدون صعوبة في التركيز  
بعض مصابون بالوسواس القهري يركزون بحدود على فكرهم السلبي  
في جسمهم، و سبباً عام القاعدية القهري) وبمزيد من دراسة المصابين  
بعدم الاضطرابين وجد أن هناك ارتباط كبير بين تصغير في النسيج القشري  
الموجود قبل الأشخاص مصابون بقصور الانتباه غالباً ما يكون لهم قرب  
مصوب بالوسواس القهري وعكس صحيح بين من هذا نوع قريب من قصور  
الانتباه يطلق عليه اضطراب قصور الانتباه (التركيز الزائد) وفيه يكون لدى  
المريض أعراض عدم الانتباه وزيادة تركيز

ولابد قد مر ذكر بعض سموم لاسية من اسانكين عصيين  
 اسيديين و اسيتونيين . مثلاً : عصبية خدرة من وسائل كيميائية  
 تساعد على ان يصاحبه يذبح في سطحه بعد على حد ش زور بين  
 دو من و اسيتونيين . مثل قد سوي . يخل في بعد عادية ويدخل  
 دوس في يذبات عصبية فاس به دور في دفعية وطول فترة  
 دنده و يذبح حمة سخرية بعد و اسيتونيين فبعد دور كبير في  
 تحكم درجي . يذبح الابد و يروى برفية و عدم تريخ سبه  
 اسيديين في ام من لغمية اسيتونيين و انعكس صحيح . مثلاً : بعد عظمي  
 سخرية سبه حسب مباحه قصير . بعد فاس يعمل في خلال مدة وجود  
 دوس في الدم . و بعد يذبح على مركز . يذبح و لغمية و  
 عصبية كذب كسر فاس يذبح . يذبح : فاسب مزاجي و عدم المرونة  
 و ذبح . فاس على بعض اسيتونيين سبه كمنه . و يذبح . سبه  
 سخرية اسباب بقصور لانتباه دور يذبح من سبه اسيتونيين في ام مثل  
 Prozac . فاس من ساه . يذبح شكل عظمي . بعد مباحه  
 اسيتونيين . فاس في ساه و راسه اضافي قصور لانتباه و من لرمض  
 و سبه . فاس سبه سبه سبه سبه في ساه

و حسب بعد عادية سبه و را في ساه اسيتونيين . فاس يكون  
 مباحه على سبه سبه سبه و في ساه و كبح لحرارة لعصبية  
 و حرارة سبه سبه سبه سبه و يذبح سبه سبه سبه و حدة  
 و حدة ان هذه بعد عادية سبه سبه سبه سبه سبه سبه سبه  
 لاسوان مهور في هذه سبه و سبه بعد لغمية تلعب دور كبير في  
 لاصطريات اسانكة و تحجيم سبه سبه سبه سبه سبه سبه سبه  
 مثل Ha dol chato Peridol و Pimozide) orap و قد يساعد على  
 مع انقضاء . فاس يذبح عاص قصور لانتباه سبه و سموم لعصبية  
 مثل Ritalin (methyphenidate) و  
 Adderall و Dexedrine (dextroamphetamine) و هو عذرة  
 عن مريح من ساه سبه سبه فاس يساعد على علاج سبه قصور لانتباه غير

كما قد تؤثر على انقباضات عضلات سيني و/أو بطيني (فوق الحد نجد و  
 أسباب عصبية كما يكون في كثير من أمراض العصبون القفوي وتجمع  
 مرض بركر على ذلك. ويسبب عيب فاق حثل في نور. استرولين  
 و سيريولين حيث ما يرجع واية - حثل و لعدم معرفة

### المشاكل الحركية الدقيقة

تند من قبل - مشاكل حركية دقيقة ليست بوجود عيوب في بعد  
 عديدة وقد دقت مشاكل عر - في حد اتصال و اتصال بين شعور  
 - بعض حركي دقيق - يتم توسط في بعض حركه بعد بعد بعد  
 حيث عام جمع من بعض - مثل في اليد - لأنه قد يتردد حس  
 معر - عندما يريد شط بعد عربة في - هذا يؤدي في غالب إلى زيادة  
 عر - اتصال - زيادة بعينه و انقباض في موسيقير اسس يشعرون  
 عر - ثمة بحالات الموسيقية حيث - صف بهم Propranolol بحسب  
 البرعشة

و بعد دور لعضلات العنق و الرقبة - بعد انقباضه علما في صاحبه  
 - وقد لاحظت كثير من الأشخاص الذين يعانون من صاع لا  
 حبيبه صاع و بعد في - ب - بعد بعد معية في بعد اعاعيه  
 - حيث هذا مع - صاع - صاحبه في بعض لعضلات و انسي يكون  
 - في و حور - في و حور - في و حور في عضلات لجنبه في يحدث  
 - في - في - في و حور - في و حور - في و حور قد سبقه هذه  
 - في - في - في و حور - في و حور - في و حور - في و حور  
 مثل Depakote و Tegreto في بعض شط سطى - في حركه  
 برودة في الصغ، تساعد في بعض أنواع الصواع

### انخفاض وريادة الدافعية

تند من قبل - في فعليه في في الأشخاص الذين يعانون من أمراض  
 حخته عر و حور - في و حور - في و حور - في و حور - في و حور - في  
 بعدا يريد - في و حور - في و حور - في و حور - في و حور - في

الدفعية : الأطباء يعرفون أنهم عندما يصنعون جرعة كبيرة من مضاد للاكتئاب  
 فهي تزيد من نسبة السيروتونين مثل (Fluoxetine) Prozac. و  
 (Sertraline) Zoloft. و (Paroxetine) Paxil. و  
 (Fluvoxamine) Luvox. و هذا يؤدي إلى انخفاض الدفعة وقد  
 حبرسي لكثير من عدم توقع عن هذه الأدوية لأنها جعلتهم يتوقعون عن فعل  
 شيء مهم في عملهم أو يبدونهم وقد أحبرسي حد مدره لتعديدين أنه توقع  
 عن أدوية Zoloft لأنه يمكن يستطيع - بفكر لأعداد الجرعة ومع ذلك  
 م يكن يبالى، ويقول "كنت أنا هذا الشخص"

وادة سامة من قد يكون لها زيادة من وحتى الإفراط في الدفعة  
 وقد ذكرت أن ذلك من عديد من هذه التقديرات لشركات الأدوية من زيادة  
 الجرعة في نشاطات الدفعة وهذا تحدديهم ميلا للإفراط في العمل به  
 في الأجابات هي صعب لأنهم - ساء ليهم فحالات سبغ العمل ذلك ما  
 يكون هدف شىء بمشورة كل يوم ما في يوم بخارج الوقت غير يحفظ  
 انه يشكون من شعور ساء من ويصبح كصراحة من غريب عليهم من  
 غير مريح ساء واما العمل فعلى عصبية به يكون بمعده بالعدد الدفعة وادب  
 سرعة الاستجابة الداعية و مستوى الطاقة الذي مدني العمل لا يعطيهم  
 فرصة سراحة ولا شب ان هذا راحة يحاييه بينهما، فالكثير من افراد  
 المجتمع الذين يحققون نجاحات انما مدفعهم بعد الاعادة ولبي بعضهم  
 يستمرون في العمل فترات طويلة

### قائمة للعقد القاعدية

أبدا دفعه جوه عقد الدفعة رجه أن مع دفعه مسوكيات ويتحدث  
 راجتاك اذ رجه شخص لدي مقبلة في كل سوب من اسلوكيات مسعن  
 بتغيير الدار اصح مام كز عتس رجه الدسب في حالة وجود أريعه و  
 حمسه شاصر رجه ته " اذ في ه يزيد من جعل وجود مشكل في بعد  
 للدعية

مطلنا =

مادراً = ١

حيث = ٢

كثير = ٣

كثير حر = ٤

١ الشعور بالعصبية والقلق

٢ موبت هلع

٣ اسراض تثير اعصي بشديد الصرع ولا تهاجم عضلي

وارتعاش الهديز

٤ وجود صرير يحرق فيها بعد شدة ويزداد سرعة نبضات

نفس حديد و يحدث خرفان اثم في صدر

٥ شعور حديد بصعوبة في التنفس والاحديق

٦ شعور حديد شدة ، عدم ثبات الدميين

٧ شعور حديد شغفان أو اضطراب البطن

٨ لعمى حديد وموبت بحر : : لبروز الصفحه وبروز البدن

٩ سعال في موقع الألم

الحروف من جانب ومن نفس شدة حذيرة

١ تجنب الاماكن المزدحمة خوفا من حدوث موبت هلع

١٢ تجنب الصراع

١٣ اجتناب المواقف من بعض الاحزين سا او حكمهم سدا

١٤ وجود مخاوف مرضية نائمة

١٥ انخفاض الادافعية

١٦ قوط لضعف

١٧ وجود تقصصات

١٨ سوء حفظ

١٩ عرق السريع

٢٠ ميل لسمند غير الحركه في موقف بقي تنبؤات على

٢١ ميل سوط من وجهه نظر لاجرين

٢٢ محفل او حجب

٢٣ انخفاض عتبة الإحراج

## التعلب على الخوف

### وصفت الحقد القاعدية

سوف تساعدك بوصف مدية حتى تعمير وعلاج مشاكل بعد مدعية وهي وصفت بعدد حتى يعرف من العقد مدعية وحبرنا الإكلينيكية مع مرضا وذكر . عقد المدعية تعبر عن بط مشاعر بالحركت والحفا على تابع وعلا المثلث الحركي بعدد وصفت مدية سرحا جسم و مسوى على راحة في حكمه في مسود دائمية ومتنشر مدية ونهجة

### الوصفة الأولى

القول الإقرار السلبية لتفدية بحمة على التبو بالمتنقل

لأشاح من يعرف من مسكل في بعد لدسة على م يكون حبرا في بوق دسو وديني بعد سبهم قدر قدر من الأفكار لصبية المتدعة مدية على التبو المستقر بمدية هذا حبرا من ليج ليد ليدلا م يدعو كيف يعبر على ميم بموعد مدية وقد ليست قبي من سدا عني شحرا بموعد سبهم مشهور، ويمرون هذا بقومهم نهم، نا بوموا لأما من شعرو بحية من عند حذونه وعلى الرغم من أنهم لا يشعرون حية بل اذا لال هو يولي في حالب في موت الفكر، وصعظ ادم من البوعاب سببه نفس كعاد حبرا مدية ويرت من حتمليه مرض فأفكر انرا دأ عي حية فيه

وعم كيهه فنل هذا لأفكر سببه لقي تدور بذهنك أمر ضروري لنجاح تعلم مع قو مدية عن ه حبرا من ايج وابل بيع هذه حظوت على شعرت بالقلق أو القوم



## الوصفة الثانية

### استخدام التخيل الموجه

من المهم أن تصمم العديد من تدريباتك بحيث تتمتع بمستوى المطلوب من صحة والاسترخاء؛ فمثل طريقة تحقيق هدف هي اتباع نظام استرخاء يومي يقضه عشرون دقيقة يومي في ترتيب الجسم على الاسترخاء سيكون له فوائد عديدة تشمل على تقليل حجم قلق وخفض ضغط الدم وتقليل التوتر والام لاعضاء وتحسين لحياتنا مزاجية فتحتل اوجه الوب رثع يستخدم بشكل يومي

سعيك - بحث عن مكر هــى يمكنك أن تكرر فيه وحدد مدة دقيقة يومه جسدي على خرسى مريح يمكنك - تستلقي على ظهرك - أستاذ (يوم) ورسد عقلك على أن يكون هــدوء حد معين عقلك ملا - لحاض و بـ سأل مرضى قديلا - ذا ذكـر هــالـ مكان في اعمـد يمكنك أن تشعر فيه بالاسترخاء وسعدته وبن مكوـن - تجعل مكانك لحاض بجميع حواسك تحير من ترقى هــ نريد روبه وسعه ما نريد سماعه - نشد وتندو - نسمي هــ نريد وكل كـي حبيب حبي مستخدم - نذكر فيه قـدا هــ نصف عبيد لأفكار السلبية، نديه هــ ولا نذكر فيه - نذكر تركيزك على عند الامر تنفس ببطء وعمق وهــو

## الوصفة الثالثة

### جرب التنفس البطني

نفس بيضاء وعمق شبي أن يكون معدد خمس من ابطن وهذا واحد من تدريبات الرئيسية التي اعتمدها مرضى السرطان من صـرـب هــلع حيث اكتسبهم خطة اسـجـدر من لهنـج يحـمـلـنـهـن معيم وكتب لهم في لذكره علاج (أروشته) عندما تشعر بصل تبع الأنبي

- تنفس ببطء
- اقنن الأفكار السلبية السلبية التي تقوم على التديق بالمستقبل
- لا تلق اهتماماً بالقلق.



• ود لم يخرج لاستريحته - سابقة ساون لدوء ادى وصفتة  
لقية

لتنفس حر، مهم من بوضعه وإتهدف من نفس هو بحصور تنفي  
لاكتسجيب من الهواء وطر- ثاني كسبه لكربور وكث مرة في جسمك محتاج إلى  
تسجيب لكي يؤدي وظيفتها وحلايا مع بشكل خاص حساسة حد  
الكسجين حيث بها موت بعد أربع دقائق من حرمانها منه وإذا حدث تغير  
بسبب في محتوى الأكسجين في الدم فإن ردت من المفكر أن يحدث تغير في  
سائر التحدث واسترفانه وعندما يغضب شخص فإن هذا يؤدي إلى تغيير  
نظم التنفس في الحال حيث يصبح التنفس سريعاً وسطحياً وهو بمثابة دفاع  
حد، يودد في حالة نسبة الأكسجين في الدم الشحوص يعاصب ويتأني تن في  
مع مساهمة من عضيبه والادوية والاربيت وبين لسلوكيات اسلبية  
مثل الصياح، والتهديد، أو ضرب الآخرين.

نعلم كيف يتنفس بشكل سليم وحرب اسديب بدلي  
جسم غير كرسي صريح غصص عهبت مع يدا على صدرت ولاخري  
منى تعبت ثم مع على مدد شدة - وهو بحسب ايقاع اسفس  
هر تنفس معظمه من صد - من ينشأ أم ينهد معاً  
والسوف التنفس يؤثر على مشاعر شخص شخص بلحظة هل لاحظت من  
فإن رسميه بتنفس أو حتى حروا صعب دتجد ر رصيع و جرو يتنفس  
من يسه بشكل كامل كما مع حركة صد لأعلى بشكل كبير ومع هذا بعد  
معتم بدعين بنفسون بشكل كامل من لحرة الأسمى من الصدر  
لكي صحيح هذا انفسه مدي تنفس شدة مرصت كيف يبحروا، او  
حبر، في اسفس لطيفي انفسه، وعضو ويوجد في مكثي بعض معدت معدية  
اسديجاعيه لحيوية دقيقيه تني معتمد مقديس الجهد في فيس لنشاط  
بنفسه حيث قوم بوضعه نفس حور صدر لشخص ومقياس اخر حور  
ظه وتعمل هذا العرب تني قيدير حركة انفسه وبص اثناء دخول وخروج  
هواء من وأن بحسبه شدة يتعد - مصد وباستخدام عضلات الحجاب  
خاصة وأثناء الشهيق فمن هذا من شأنه يعطي مؤشيد مساحة تمدد من





التيوم بعد طيسي شاي ووضعت له عدة وصفات لليوم ثم برأي لي ان صبي  
 التيوم بعد طيسي لاي عني نفسي لأكتشف ان كاشياء كثيرة ما هو لا  
 فيه لا تتحسن من سنة ذاك وقت فرجه استصعبت فيها ان اليوم نفسي في اقل  
 من دقيقة ذلك من خلال سبب بيت من سايب التيوم معاصيسي شاي  
 وبنوه الخيد من سنة ان يبعد من سنة فهو ما لحرر من نوم  
 فيريد كل شيء موعاً

بيت حصوات سنة للتيوم بعد طيسي سحبهها ان شخصي حصص  
 فيرير و تلات طوب الميرة ما دفن خلال بيوم لأول بعد بخطوب  
 است لثانية

## الاسترجاء

### الخطوة الأولى

جس على كرسي بريح وضع قدمك على الارض وبيد على  
 صدر

### الخطوة الثانية

حدد معه على حائط يكون فوق مستوى عينيك بظلمة ركبي و هذه البقعة  
 وادع تركيزك على نصي و مشرب لاحظ ان مشرب خلال فترة وجيزة يتأقن  
 في جعل من عين شعير عينيك وحمي ان له شعير برقية في ذلك غصصها بوجه  
 تدعدك إلى العشرين

### الخطوة الثالثة

بعد ذلك حدد مع عميق قد لا يمكن ان أخرجه ببطء شديد كرر هذا  
 ثلاث مرر ومع كل نفس اخرج شعير ببطء وصدرك وعضك يرتفعان وتحيين  
 ان يتأقن سلافا وهدوء ومع كل نفس اخرج شعير بصوت وصدرك وعضك  
 يسرعان ويصغران بكن موزر بكن شيء يعود من الاسترجاء في هذه المرحلة  
 سلاحظ ان فهو ان يمايك

### الخطوة الرابعة

بعد ذلك اضغط على عضلات جفنيك بأمر تعصدهم بشدة في استطاع  
 ثم عـ في عضلات استرخج ركب حذاء شعريه من سرجاء في هذا الجزء  
 ثم خيل ان استرخج عضلات لخصير و اسد عضلات بوجه ثم لاسر نحو  
 بولعه بكتفين الكعبي ثم في صدر وبقيّة جزء لحسنه وجميع  
 عضلات سوف دحد مشد الاسترخج من عضلات بضمون ثم تسفرحي بشك  
 متتابع حتى تصل إلى عضلات القدمين

### الخطوة الخامسة

بعد ان تشعر بالاسترخاء في جميع جزء جسمك بحيث انت و على سلم  
 مبدى في سوي هذا السلم وند و عروب و انت تعد ببطء بربا من عشرين  
 و خمس و تصل إلى بداية سلم تسفرحي بعد استرخاء شديد

### الخطوة السادسة

سنتبع بالهدوء و سكونه عدد حصص ثم رجع إلى السلم منحرف  
 في صعود و انت عد بحساب حتى ركب و انت عد عددا حتى ليه فتح  
 عيني و استرخج الاسترخج بالاعمش و يمتد شديدا  
 و تسهيل ثم هذا لحظير مذكر الطلب لاني

ركز (وكرر على البقعة)

تنفس (أنفاساً عميقة وبطيئة)

استرخج (استرخاء متتابع للعضلات)

مرل (مرن على السلم المتحرك)

اصعد (اصعد السلم المتحرك واقنع عينوك)

لنر وحدت صعوبة في تذكر هذه الخطوات فإن هذا قد يعنصي منك

سجيتها وقيامك بالتدريب ثم ساعدت بشرط

وعندما نعد هذا و مرات الاولي عند بعض مساحة أكبر من وقت

و لبعض شعر بالاسترخاء يجعله يدم عدد دقائق و ما حدث هذا لا تقلق لان

هذا علامة جيدة يحق على أنك مسترخج

وبعد ممارسة هذا الأسلوب عدة مرات نخت أسلوب التخيل البصري

### التخيل البصري

اختر بلدًا مذكور شعر فيه بالوجه ويمكده فيه أن تتخيل بك  
حواسك وملابس عذراء لا يتكلم شخصي فهذا يعكسني أن مترجي وكذا  
شخصي يتغير في مخيلتي صور خيطة وهذا يعكسني أن أرى المحيط وأنت  
تولد وتصنع قولي وحين نالهم وصف، شمس على مشرق وشمس يهوى  
ساح وكاء سماء سديمي وسبع طير أسود وألوان ومع لاهل  
يعكس أن يكون ملاب مكاة خفيف وحبوب في صدر برقع في قباء وقتك  
فيه يصلح أن يكون ملاداً

بعد أن حل مدية سم سحره بحير سم في ملابك انحصار حد

تحيين هذا ملاداً بجميع حواسك عدة دقائق

بعد تبدأ سمه سمه من حواسك لاسرحة، وسحب نفسك في

ملاتك يكون غلظك على استعداد لأن يتغير

ساق أسطر أو سمك كد ترمه أن يكون سمك كد سمك لا ولكن كد  
رير أن يكون سمك حطه بحيث يعكسني سمك لاسر ٢ دقيقة في ١٠ هذ  
التدريب الغير سمك لحياة وأي شعر معه بمنه من الطاقة وسوف ترى مدح  
مدحه

ومع كل حسة أحب لكره، عذراء و حاة شعورية تتكون موضع  
الخيال سمك مع هذا عذراء و سمك و الحاة اشعورية حتى يكون  
الوقت أن تحين سمك هذا سمك فيها فعلاً لا كد رير و شعر  
بعر من لاسرحة، حين سمك في حاة من الهدوء، وسك تحين جميع  
حاسة اكل لسمك وأنت سمك عذراء مع الآخرين بصرية سمك بالاسترخاء  
وأيضاً به حسة بيته من حواسك سمك سمك تلك وهي سمك سمك  
بعد في شرب سمك سمك سمك سمك سمك سمك سمك سمك سمك  
بين يدك اشعر بالاسترخاء اجعه حقيقته في حبال يصبح حقيقته في حبات



ويصاب مرضى بالذهول حينما يعرفون ان كل جهد بذله في تقوى من طره لأخيراً مهم كان جهد صائمه ثماره وكان ينكر بده بشك بناء في تحقيق أهدافهم

هم يعرف ان أكثر أنواع الخوف شيوخاً في مريضة هو الخوف من الحديث معه جمع الناس ولدى مرضى اخبرني يوم ريسو و مور كليتهم، لأنهم قصو - يفتو - اعصا ويقو، كنهة وهه الخوف اسسه الخوف من ربي لأخيراً فيهم وفي سبب مرضهم والأشخاص الذين يخافون من الحديث أمام جموع غدا ما يفسدور - من سيمسوسهم سوف يسخرين منهم و ينصرون ايهم مسكن سلمي ولكن الحقيقة هي ان معدن يفسدور ريم حتى - يستمعو - قليل ورس لانهم شعروا بأمر ما انكسار لبي سيموسها، و بشأن سائهم خاصة ما من يسمو - فعدا ما يسمو - مجاج يمتحدث لأنهم يعرفون من خلال محاربتهم خاصة مدى صعوبة الوقوف أمام جمع ودا، كلمة فتوقف عن امر بشأن مصوره لأخيراً لما - ينكس لأشياء لبي سريدها ولأشياء، نعمه في حينها هي لاسر في تحديد فكره وبقا يك زهدك و لا ادعوها و ان يترك لاسر جور بانه لمعظم يرغب في ان يرى نفسه في عذاب فاعه مع لأخيراً و ان يكون قدر على مساعدتهم ولكن لا بد ان نسي سلوكك على ما يعتقد ان و ليس على اساس ما يعتقد لأخيراً

### الوصفة السادسة

#### تعلم كيف تتعامل مع الصراع

ان كانت العلاقات بيننا تتدهور بسبب مبدأ السلام يأتي ثمره، فإن هذا ينطبق - في علاقات - بين الأشخاص فهذا شخاص كثيرون يخافون من الصراع مع لأخيراً شكراً يحبهه يعمل كل ما يمكنهم تجنب أي خلاف وهذا الخوف - في من صراع يودي ان يريد من الصراعات في علاقات

وانتد ريمة سيديدها لأشخاص يخافون من صراع



كنت سارة" تسعى لأن تكرر أم محبة لطلبها. ثم جعلها تتنازل  
بأنها صام بوقت عصيب أبداً، يبيع من العمر أربع سنوات. ولكنه  
حبست من يريد سمر في هذه الثوبت خلال لعام انضي وقد  
صحبها لأن شعر به بحر وتسمه لا شيء، لا للحفاظة على  
لهذه والسلام

٢ "ديي" هو عشر سنوات ذكر بعاني من ن طفلا في سن عترة  
ستدس حيه فكان يمدد بال بويه دا لم يعطه مشروقه وكبي  
بجعبه لبيد، قضى "ديي" انعام كنه زهر يسمر درعش من  
بين

٣ شعوب الكبي ن هب فجوة كبيرة بينه وبين زوجته (كان)  
وكاب شعر به يحدو دما ان يحكم فيها وأنه كان يعانها  
نعمته دطد وك دمه اشكوى من كثره نفعها ومن حلايها  
وصرفها وعنى مرم من شعوب ناصبي لا انهما لم تعمر كثيرا  
من هذا لاسا لم يكن يريد شجر وكبها وجدت أن بينها  
بالحبس لم يعد موجود وكذب دما ما شعر بالارهاق وسوتر كها  
ذات فصل فضاء وقت لوعها مع صدفه لا مع كروا

٤ عمر ميل كملحظ عدم سى شركة اشيف، مدة ست سنوات  
وخلال الأعوام لأربعة الأخيرة ازداد تنقد "ثبيت" لـ "هيل" وكان  
بحظ مر شده ماء لآخرين ولم يقل "هيل" شيئا حيال هذا لخرقه  
من بعد وصيته سبر أن إحباطه كان قد ازداد، وازداد تذوله  
والخجوب في سب. فقد هتد به بعنه

٥ ن عددا منسجم بوقت عصب لاطد. وسمح بنحس حر ن  
بمسد عيب و يحكمه قند ن. قد بجعب شعر بمسعر بطيعة نجاء  
نفس فينثر تقرير لـ ن بدنيا ونحوه غلظت مع انطراف الاخر ن تعلم  
لاخرين بعدد طره كوفيه نعلم مع ن. ن خلال ما يسمح به وما لا  
سمح وبنظور من نصح يعبور بالحرين أنه لا يس في ن يظلمهم ونه  
ن يعرب على سوء سلوكهم اي نصح



معروف من تدبج وجبر من يمحكه فيب في علاقة الروح هو  
لاكتساب واعدام رغبته الحسية من اننا ناهت عن نفسك بشكن  
حارم وروى قصود في هذا من سانه في القالب ان يؤدي إلى إنقاذ  
حيا الروحانية

٤ لقد مرر "مير" من قوت مدد سمح له تثبت من يستقيين به  
فام لآخر - وبسر قدر على يسحق من سحر من حله لالام  
من سيرت به في معظم الاحصاء يعتقدون به - عارصو  
منهم بشكر يتم بالاحرم قال هذا سيقن من حثت  
صطباهم من قبل هؤلاء مدراء فاد دفع عن نفسك بشكن  
معوا بحدث اسمر مدر في اسبابة من بعد حال بوقت  
ان سحر لا عن صيد حري في اسمر في وظيفة نكرها سوف  
يجعلك تفيع سنوات من حياتك

٥ حريم يعني من غير عزم مشعره بطريقه سرية ولكن في نفس ابواب  
بسم سامع ولا يعني هذا ان يكون لهيب و حريق واليت خصص فوعده  
تصادف هي ان تكون حازما بشكل صحي

- ١ لا يستند بمسب لاجير بغيره به يشعرت بغيره راحة
- ٢ لا تجعل آراء لخيرين غير غير شعرت به بل ولا بد ان يكون رأيك  
هو الاهم وتكون في حدود
- ٣ قل ما تعنيه، وواقع مما تمتد انه صواب
- ٤ سيصر على نفسك ولو كنت
- ٥ كل يوم غير لمدد ولكن لاهم من سب ان تكرر حارم في  
موقفك

ذكر بنا عنه لاجير كيف يعطيه بعد يستقسم لعصيم فيد  
سلك بعصيم بطرقة في يمحكمين في فيد وتعد نصر على موقف بشكن  
صارم وروى قصود في هذا يحسن لخيرين يرد من حارم بنا ويعامون على  
في لاجير و صاحب لاجير ان يعيتوا بعوطك فمرة طويلة، و في سجد  
نجد معادة بسببه في حثت من بالبحرم ولكن عني ان تثبت عني



والنوع الأخير من الأدوية التي تساعد في علاج حالات الاكتئاب لحاد هو  
 ريبه اسفير مثل (risperidone) Risperda ، (thioridazine) ،  
 Mellar ، و (haloperidol) Haldol ، ونظر لثلاث اجنبييه لهذه  
 الأدوية فمردد جعلها خيارا لآخر لما عند علاج بعض هذه الأدوية  
 حاليا ما تقيد حياة الشخص

### الوصفة الثامنة

#### اهتم بتحديد العقد القاعدية

ذكرت من قبل في وصف - بشار - صري بعض ان نوعه لأكثر اذني  
 يدونه ان تأثير مهدئ من مضرا جدا كتب عالمي من مضار في العقد  
 بدست بقلبي فمن افضل ان تضع لنفسك نظام غذائي موزنا لا يجعلك  
 حار بجوع معتد ثمة بشار ودد لا تغتر لسكر يريد من حدد بقلبي ما  
 كتب بعض من الشخص نشاط العقد القاعدية واستخدم بدقية السوف  
 بعدد مربع بظام عددي يريد فيه نسبة الكربوهيدرات وقل نسبة الكربوهيدرات  
 ان معظم الناس يذهب اكثر ثمة بشار ومن مفيد يص شخص تعاد من  
 خافض (ولم انه قد يريد من تقو وانهم عن الكحوليات) مفيد يص في  
 هذه الحاله وعمر ارفع من (الكحوليات) تقلل نسبة الملق صني مدى  
 محسن لا لا لتعديع حسب سن ويجعل الشخص لملق كثر عرصه (حار  
 كحوليات

ثم ان هناك بعض المستحضرات لاشباب يمكن مساعد على علاج  
 اكتئاب كما يمكن يكون ان تأثير مهدئ عن بعد القاعدية، ومن مثله  
 هذه المستحضرات المستخلصات كابر و غش الدار ومن مفيد ايضا  
 في هذا الشأن مدون فيتميمات ب وخاصة ب٦ مجرودت من ١٠٠ ١٠٠  
 سيجرام فيا تارت ب- بيده بحرعات، فيلوم أن تناول جرعة مكمله  
 عن مركب ب كفا احد مرعى يص ان روائج الزيوت الاساسيه (البوبونج  
 و لحر من) لها تأثير مهدئ

## ٧

بطرة هي تَسْتِ الأنباء والإشاعة

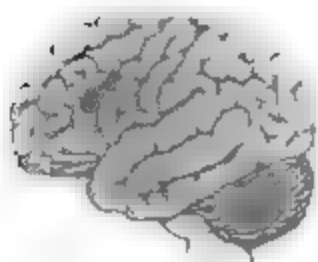
### قشرة مقدمة العَص الجبهي

وظائف قشرة مقدمة النص الجبهي.

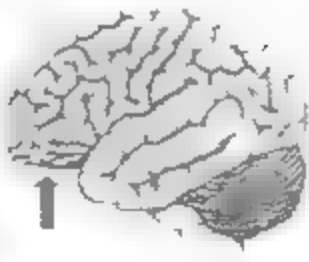
- مدى الانتباه
- المثابرة
- تكرس الأراء
- التحكم والامدح
- لتنظيم
- اوقاية والإشراف الذاتي.
- حل المشاكل
- التفكير النقدي.
- التفكير المسبق
- التعم من التجارب
- مدد عس شعور م موصف والمعير عنه
- تفاعل مع الجهاز الطرفي
- بمصر لماعفي

قشرة مقدمة عَص جبهي هي كمر حراء مع صور وهي تقع في ثلث الأدمي سطح تحت جبهة ويمسح عديد في ثلاثة قسم السطح الجبهي حديدي إلى سطح حديدي عشر مقدمه عَص جبهي قطع لسمي محوري شبي حديدي عسي الأدمي من أسي، وعقبه لطيف (إشري بحري حوب لتوصو حديديه وندب م يعبر اسليف طوقي جزء من لخبار لطرفي وسوف سدوب معروفي قسو حص به م شغيف بخلمي لجاني وسنئي اعجوة فيتشع عنيف و لعاب مركز للتحكم سينيدي لملح وسوف سدوبهم و م عَص وسوف امير بين م هو معروف من وظائفهم إذا اقصى الأمر ذلك

صورة مقعدة نصف الجبهي



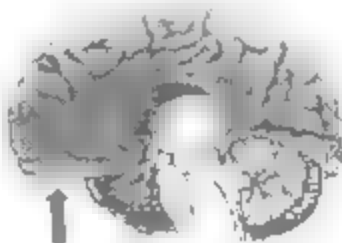
نصف الكرة الأمامي الأيسر  
منظر خارجي



نصف الكرة الأمامي الأيمن  
منظر خارجي



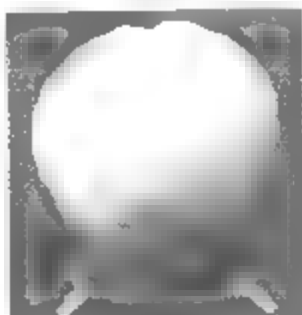
نصف الكرة الأمامي الأيسر  
منظر سطحي ثلاثي الأبعاد



نصف الكرة الأمامي الأيمن  
منظر داخلي



نصف الكرة الأمامي الأيمن  
منظر سطحي ثلاثي الأبعاد



منطقة مقعدة نصف الجبهي  
منظر سطحي ثلاثي الأبعاد - تدوير 360 درجة

وحكمه بقو بشكل خد ان فترة مقدمه بعض بحبيبي في سج معن عنى  
 بشرفه على السلوث، ومراقبه. وبجيهه وركبوه فهي شرف عنى  
 بوعه بتسديه وسحكمه في عده ذات منر - رده وصف وكوير لآء،  
 وسحكمه و الاسودج والتحصيط والتضيق وتعكير اسدي فترة لاسل  
 عنى سكين بتحصيط والتحد ارف بحكمه والعامر مع لآخرين كل  
 هد يباثر بسده بسد انجر - مر سج - ولما لانه مسئول عن السلوكيات الأساسية  
 بي لانه سها كي يكون - هدف - بعض مسووبات الاحتمالية وتصبح  
 عضو فعال في المجتمع

وقد بعض خصاي احب بعضي نفسى "بوس حبيبى" وطاف  
 بمره بمره لبحر بحبيبي بي بغير الإيمان) فقال "القدرة على تحديد  
 هدف واضع خطط مفعها وتسيده - خطط بكل قدر وتغير مسار  
 وادبكار في موجهها اعلم - بعض يحدث كم هد يحتاج وفي كل عيب  
 د بوجهه حرجي لمره لبحر عنى بحدده لهدفه بتحصيط هو جزء  
 اساسي من شخصته بتحصيط وبعده والبس بحدده عرق جماعي أو خارج  
 لهدف لهدف من بعضه - بتحصيط لهدفه مقدمه بعض بحبيبي"

فهذه المقادير وحده بحر بعضي بعضي بي بحدده بعضى بعضه  
 فيما بوجهه ببعده لمره بعض (ببعده لهدف - حثيت مع روجيت وكو  
 هد انجر - بوى وبعده بسكن حيد لهدف من سيجور رده بعض من بوس  
 ابعده عن جسم بخلاف من كل لهدف من رده هد انجر - فابت  
 شارك ما سبوق ضيق من ساه - بريد لمره بوس - هد انجر - ساعد على  
 حر اسكر وشي سكر ببعده ببعده ببعده ببعده ببعده ببعده  
 من خبرتك لمره بعض من ك شطرنج مثلا بسكن لهدف بتطير ان تكون  
 وصائب هد لجزء حيد

وهذه جزء ببعده ببعده من ببعده من ببعده ببعده ببعده ببعده  
 هد انجر - بسيد لا ببعده ببعده ببعده ببعده ببعده ببعده ببعده  
 لبعده من بعضى ببعده ببعده ببعده ببعده ببعده ببعده ببعده  
 وظاعة كفا ببعده ببعده ببعده ببعده ببعده ببعده ببعده ببعده



مساحة وقتية كبر بحيث يوفر فيه كثيراً من القلق الذي كان سيشتد به  
 في المستقبل من أجل هذا الشرع أما الطالب الذي لديه قصور في هذه الجبر،  
 فلا ينعم من حجابات دنيوية وعادياً ما يؤجل الأعمال حتى اللحظة  
 الأخيرة ويظهر هذا واضحا في الشخص الذي يجد صعوبة في انغماسه في  
 حريته وبالذات في تكرور أخطائه وتصرفه مثل هؤلاء الأشخاص لا تكون  
 مبدية في تجربته بل تكرور فيده لخصه بعد لأحيائهم ورشباتهم لآلية

وهذا الجبر يصح (وحده جبراً نفسي الجسدي) يعتمد على تطوير مدى  
 الاعتماد فهو يساعد على تركيز على سموات المهنة وسبعها معوقات  
 في حسابات غير لحيمة وهو الاستعداد الذي لا ينعم به كونه الذي  
 يستمر فيه جبراً من خلال العديد من الاستعدادات التي لا يساعد على  
 التمسك بالاستمرار فيها بل على التمسك حتى النهاية وذلك لأنه يرمي شراً مهددة  
 الجبر لحيته وأخلاقه في كل شيء يكون من أجل تركيزه ويقبل مشقة  
 من يرمي من جبراً من أجل الجبر، وهذا يكون من الصعب في تمام هذا  
 الجبر يصبح من سريع لنفسه وهو من يندفعه لاحقاً عند دولنا لاضطراب  
 قصور الانتباه)

وهذا الجبر يصح وخصوب الجبر خلفي منه هو الذي يجمع شعور  
 «معتز عن مشاعرت شعور بالسرور والحب والبرح والحب وهو يختلف في  
 كل من منظور من الجبر الحرفي جاء كل الجبر الحرفي يتحكم في الجبر  
 في حب ورغبة لحيته فإن لشدة قدره غير ترحمه وظرف الجبر الحرفي  
 في مشاعر وعاطفة وكلمات معنوية كالحب والرغبة والتكرار وضعف نشاط  
 هذا الجبر أو تلهه غالباً ما يضعف القدرة على التعبير عن الأفكار وأشاعر

وتركيز والتحكم في الاندفاع من يدور نشوة بعثرة معنوية بعض  
 الجسدي فاعلم على معنوية في جميع الأمور ك يكون من السهل تحقيق  
 فيه من يعمل مع غير أو مع غير صعب الأمر في زمانه و لحيته  
 في طبع سريع هي امر ضروري لكي تكون فعلاً في كل وجه حيويتك تقريباً  
 من أجل يعمل من جبراً بشكل جيد فيكون من الصعب أن تصرف بشكل  
 نفسي ومندوس ويمكن أن يصطبر عليه الاندفاع





يصطب تركيز واسترجاع معلومات وكثير من الأشخاص الذين يعانون من مشاكل في تشرد بعض حبيبي يجدون صعوبة في موقف لامتحانات لأنهم يجدون صعوبة في تثبيت هذا الجزء من المخ في ص شعورهم بصعوبة حتى لو متعودوا جيداً للامتحان. وبالتالي نجد أن المواقف الاجتماعية طلب تركيزاً وتحكم في الانفعالات والتعامل مع أشياء غير جيدة وصعوبة نشاط هذا الجزء من مخ يؤدي بالشخص إلى أن يبقى في حديث ولا يجد ما يقوله وهو في يودى بشكل صعب في عدم الشعور بالراحة في موقف اجتماعية

وتعدنا بعضي رجل من مشاكل في هذا جزء غالباً في بعض مشاعره بما يخص وجهه بشكل من أنه لا يستطيع مشاركة ومن يمكن أن يؤذي هذا أن مشاكل كبيرة في العلاقات معهن هديد من بعضاً مثلاً ينمر في حبيبي شبي برودهم في هذه شعورهم في حيز في السب الأسري يرجع إلى وجود مشكلة في نشوة بعضه بعض حبيبي ثوري أن عدم فهم مشاعر يكون ولده يحظه

### اضطراب قصور الانتباه

يحدث هذا اضطراب كيميائية خلل، وصعبي عصبي في فترة مقدمه بعض حبيبي وقد ذكرنا من قبل الشخص مصاب بهذا الاضطراب كما حاول ذكر من أنه يشاهد فترة مقدمه لبعض حبيبي بدلاً من أن يتركه كما يحدث مع شخص من مجموعته يحكم ولاشخص الذين يعانون من هذا اضطراب يظهر لديهم من اعراض من بينها ! أنه يحصل من بينها صعوبة تركيزه في حيزه في بعض مدى الأشياء وسرعته تشتت، وعدم النظام والحركة في ذلك شيء نابع من أن النصف فقط من سير يعانون من هذا الاضطراب هم الذين يرون عبيده بخاصة إذا وفشلك في الانعكاس وصعوبة تعلم من خط عصبي وعي في كثير من الأحيان

وقد ثبت هذا الاضطراب عندما حرمه خلال الخمسة عشر عاماً ذهنية، الحيز في ذلك هناك من بين طيفي ثلاث بديان من هذا الاضطراب وفوق لتدبر في عروق من صور الاسود كدر ما ريد عرقه وقد وجد من خلال SPECT التي أجريت في عيادتي وبحاث تصوير مخ واثبت في حيز خروص هذا الاضطراب في عي

دخل ويربط بشرة مقدمة عض جبهي وهو يعود جريب أو وجود قصر في  
سائل عصبي (أريجين) بين بعض الأعصاب معروفة بهذا الاضطراب  
التي تربط بشرة رصع بينه وبين قشرة مقدمة عض جبهي

### كلما حاولت أكثر ساءت النتيجة

وأضحت دراسـة أن الشخص مصاب بـ اضطراب تصور الانتباه ما  
جهد في تركيب ما هو مرة واحدة يحدث في ر شدة قشرة مقدمة عض  
جبهي يقل بدلاً من يزيد عصب يفسد بؤبؤ و سـرس أو شرف و  
لديـر مـرئياً من ضغط على شخص يعني من هذا الاضطراب لكي يحسن من  
ر ب من هذا الشخص في أوقات يصبح من قاعية وأنت لا أعم عند  
حدود هذا أن يفسر من نفس بؤبؤ و سـرس و لديـر قس أنه سوء سموت  
بعض من يتبع عنه مذكر كبيرة، قد جبهي رجل مصاب بهذا الاضطراب  
شده أضعفه انه كلما رت صعوده ينفرد عليه لكي يحسن رده سوء عني  
أعم من صحة أحدهم نحو شخص في كذا جيبه يحسن أروم يمدح ولا  
عني يحدث في أوقات من سـرس وجيبه لن يمدح من اضطراب تصور  
هـ عدله لشخص ذكر كذا ر شخص مذبذبة في عني الشخص، أصبح  
أد، درجة ووصفيه في مديـر، بؤبؤ و شرفين و سـرس يكون مستخدم  
مدح و شخـيـح أكبر وعينه من ضغط ولا شخص يدين يمدح من اضطراب  
تصور الانتباه يمدح نفسى حوده في ظر ضرور التي سمع بسعه ولاثرة  
ولا شرفه الشبي

### قصر هدى الانتباه

هذا يعرفه من حالات لأسباب به الاضطراب فاشخص لدي  
يعني من هذا الاضطراب يجد صعوبة في خفض عني بدهه وحيدة فترة  
طبيب وبعد شفت أردد كذا به رلف يدرب عند وينصرف بدهه شدة  
ه عمر شياً غير مثقف هو غير هناك شدة دائمة ما يحدث لأعب، أرب  
يصعب من حيرة شدة، سـرسه به الاضطراب وهذا الشيء هو أن أصاب  
بـ الاضطراب لا يكون مـد مد بدهه قس في كل شيء، وغالباً ما يمكنه

لتركيب في الأشياء الجديدة، أو التي تتميز بتحقيق عالي، أو متعة. أو الأشياء  
 محببة عند الأشياء القديمة، بشر كبير من الصغير يحسب نشاطه عند  
 قصر جنوبي من يملك شخص من تركيزه لظنل انصب بهد لا يضرب  
 في يني لا، حسب في طرف واحد مع واحد " و خبر يحدث انعكس في طر  
 وجود في فصل يكون من ٣ عالم فني لاس بعاني من اضطراب قصور  
 لا يبدد كان - ثم م ينص : - في ، حب لا ينحوا لا نصف ساعة  
 وكان كثير ما يقرأ : - صاحب بعض سيد حر ومع هذا - أعطيه محله  
 سيارات فيه طرف من وله لا طرف ويتذكر من بعضه فيه فالأشخاص  
 الذين يعانون من اضطراب قصور لاساء لديهم مكن مسطرة من ولادتهم  
 فاعثر في صعوبة التركيز في الأعمال اليومية منظمة من توجب المدرسة  
 و أعمال - فيه تركيزه ، لاس من تركيزه وهذه الأعمال اليومية يشعرون  
 حدوث بعد عن سبه لامية ولا يمكن فكك عنده في خبر بعد حاجة في  
 من ، اسمه مسطرشرة مقدمة لفصل الجبهي

جنوبي تركيز من لا واحد : - صاحب بعض من حين بعض هذا طرفي  
 خلافه م قصور لاس : - من هذا الشخص في بناءه علاقة تركيز - ذات مع  
 حروف الألف : - التي يحدث في الحب الجديد مسطرة سي التركيز  
 و مع : - شي حصة (مادة العلاقي كذا يحدث في كل حالات عريب بعد  
 الشخص صعوبة من : - في تركيز سببه ويعرف فترته على لاس

### سرعة التشتت

تركيز هو قدر من قوة مقدمة لبعض جنوبي من شأن كذا  
 آخر ، حوى من مع نقل حجم مائة - جرحية من مسطرة لشخص على  
 تركيزه : - عند عدم يعرف مائة حرة : - فيه لا يتم بدوره في كبح الآخر  
 حسية في مع : - تشكر لاس من يولد و ربه شيرب سي تأتي لاس  
 وهناك مواقف عديدة يكون فيها تشتت انصب : - شخص انصب بقصور لاس  
 وضح مثل وجوده في الفصل ، وأثناء لاجته من : - ثاب : - انصب بلوجه  
 وفي مثل هذه المواقف يتذكر انصب مثل هذا الشخص في ملاحظة شيء آخر  
 سبب يجب مصادفة : - تركيز على م يتصرف لتركيز عيه ويميل شخص



## السعي نحو الصراخ

يسمى العديد من ضحايا بضمير لانباء أو لصراع كوسيلة لتحقيق فثرة مقدمة بعض جنوبي بهم يعرفون هذا سون وهي ولا يحفظون له بل قد ينكرون هذا فالأقدم لسمي حشاش وبحيث فثرة مقدمة للصراخ الجبهي لدى هؤلاء الأشخاص يطلبون المزيد من شيطيح مع وشاش لفرط وتفس وشكوى هي من بين تلك المحير - تي وهناك طريقة أخرى يستعملها الشخص مثلاً بضمير الأندد ليشيط مخه إلا وهي يحدث صجة وهيجان في سبب هذا الشخص أو ينادي بديه أو يجعلها يتحاج فيه في هذا قد يريد من شاة بعض الصراخ لأصابه ديب - دد على شعير بمر - من التوكير ويقول مرد حوى ر هت - لا يحدث من قصد ومن يدو ن العديد من الأشخاص ضحايا بضمير الأندد يسبقو أحداث هت -

وهو عاصف رحلا ك - رة ما يند حلف روية في مدرد بفرع وجته مندم به - رة ك - يخطب شجوة التي تحسن شيها من جرة صرخات ووجته وش على الحذب الآخر تدب الروح بعد في اضطراب في نصاب هت سبب بكر جرة هت كفا تحسن انصا العديد من البليز والأطوار تدو يحسون انصا مد فوجين لا - ح حيو انصا لآلية ب نعت معهد بقسوة و بإفظله

ويقول اب رطاب ان - رة بو من قصر لاندو - ضلهم حيرة في انصا - رة - رة في ام - رة حيف مسيق في الصاخ بأحد عود على انصا - رة - رة من رة من رة شعير شعير سوت وكر مع حلو موعده ه - رة يكون في رة ثلثة شجرات بيدها تحسن كل ميعد بشعر بضاير بديه بديه وعمد شرج لاء حجة بطن بالاشعورية لستحير بوجت عن بصر فيه فعدو يوف بو - رة عن مد النظر بتحير انصا (الصراخ، المحاضرة، والضرب - مع يعن السلوك لسمي لدى الصراخ بذلك عيت مع شعير برعية في صرخ في حد اظك ن تسمع نعت من هذا بضاير بصر في لا - رة فيت بعد على لآلر بسعد على كسر بضاير لإحداث هيجان وحفض ضغط الدم بديت



ومن نواسن التي يستعملها الأشخاص الذين يعانون من قصور الانتباه  
بحسب أنفسهم على التركيز على المشاكل فانهم يجدون انهم يندمجون  
بسهولة في الانشغال وينتج عنه سوء كيميائية تؤثر في نشاط المخ وقد عالج  
بعض من سوء كذا عالج من الانشغال وقصر الانتباه ومع بذلة كل جهده  
كان يقول لي انها سمعت نفسها وكان ملاحظ ان هذا يجعلني قنعا ويبدو  
في كذا سمعت بحدري كيميائية فلها نفسها ومع سوء من الانشغال ان  
يكون بها في نفس نفسها وانها تستخدم رد فعلي بحده كلامها لتخفيف  
سها وبعد ان عرفت شخصيتها جيد فبدأت بها كمي عن الحديث عن  
المشاكل ان لا تتحدث مع شخصين تحت تحبير طرفة وأنا لا أعتقد ان  
استركيه في انهم انما يقولون هذا لا يحدث نوع من الهيجان والاضراب  
في قصر الانتباه يجب ان يجعلنا نعلم انهم ادعوا مشككة وذلك دون ان  
يكون هذا من شأن ان يفسد في سمعة في الحياة وقد ترجعت نفسي في  
أدلة في وقت حديثي في هذا مصدر حر من مصادر الفزع وبكيفية وثقت في  
في ندي جملتها على الاخر سمع في سماعتها وقد كان تركيز حلقت  
معالجة بعد ذلك هو نقلي حاجتها للمراع

وقد استخدمت لعصب والاضراب الحظي واستأجر حسيه في التحفيز  
في يودي في مشكله كبيرة سمعت في الاضرار بجهار ادعي في وضع سبه  
في يدي من عدم عن استوكوت في تهادي في حدث صرع يعلن من  
في جهار سماعه ويريد من حسيه لاصبه بالانراض وكثير ما ريف  
شخصاً يعانون من اضطراب قصور الانتباه بخاصية مرض مزمنة كذا السبب  
في قصور في سماعه كما في نصيبين بعد الاضطراب كثير ما يصيبون بالام  
بمنه في الحركات والاضرابات حسيه بغيره وهي شيا يرتبط أيضاً بقصور  
بجهار سماعي

وقد ذكرنا الأشخاص مصابين بقصور الانتباه يميزون في صرع دائم  
مع شخص وكثير في منزل أو نفس في مدرسة ويبدو انهم يجدون دور  
في أشخاص يميزون سمعاً ويحدثون معهم في معرفت كلاميه وقد حثرتني  
عديد من المصاحبات لاطفال الذين يعانون من قصور الانتباه يرغبهم في توب



## التفكير المرحي والتفكير المنطقي

يعني العديد من المصيرين بوضوح لا يتقدم من مغالب مخرجي وعضدية  
 حسيه ونظر لانحصار ساطة فشرده مقدمة من اجنبي فانه لا يستطيع  
 تهدئه الجهاز الضري الذي به ر ساعه مما يؤتي و حدوث مشاكل في  
 بحكم مراحلي كما قد يكون مؤهل لا شخص ار يكرول بشكل مفرط على  
 فكر سلبية كمنوع من لصغير الذي كما ذكر من قبل فانه يجدوا حصر  
 و قد يبحفون منه مع الآخرين بحو عنه ر حر منهم وهؤلاء الاشخاص  
 ديا ما يكن لديهم موقف ا سماء بساط وهو ب يحمر الآخرين بينهم  
 عنهم

وقد كما يعرف الاطفال انهم يشكو من احرق برودة يعانون من  
 حضور في لاسده بسوي موصوف وقد صعد معروف الا في بعض الاشخاص  
 و حضور من هذا الاصطرا بوضوح بسبب و قد يحدث كثير مع سداب  
 و قد يندرا ا ب يرب من هذا لاضطراب في مريك بحولي و مبيون

## كبت

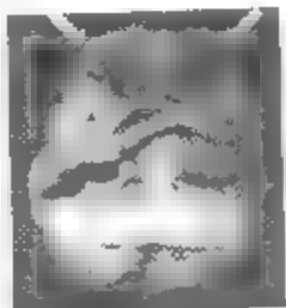
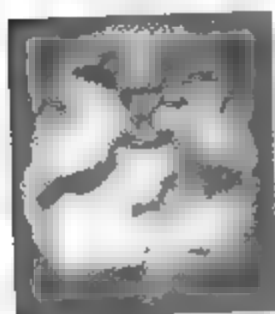
كان كيف عمره " عاما عندما جدي بعد فشل في النجاح في  
 ما " حة " منه فصور " رسيه موصوف في كنيه برشدين و قد كان يربح في  
 آخره بكلية انتيب وقد حفره بجميع ربه شخص جفن و كيف يتحو  
 شبيه انتيب وهم لم يستطع النجاح في قصر دراسي و قد في كنيه برشدين  
 بعد و حرب مع كديني Windows into the ADD Mind بدأت  
 به و ما و كان كك يعاني من اضطراب الصور الانباء

وبعد ان عرفت قصة كك تصح بي انه يعاني من اضطراب قصور  
 لا يتقدم ولا ته فبعد كان و حصانه وهو يعاني من مشاكل في البدء في  
 مقعده كما كان سريع لدر و شفت و فوصوف كما كان يصف من قبل  
 مدرسيه على أنه نون استقوي

طلب و قد كنت جزءا من SPECT لفحص محه وقد كان يريد  
 ان يناك من ان كك " به يكن يبحث به عن مبرر حر بعه في حياته و قد



تأثير اضطراب قصور الأسمدة على مع كنت قبل وبعد تناول Adderall



منظر ثلاثي الأبعاد للجزء السفلي

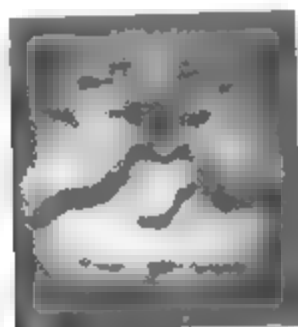
عند استكون لاحظ النشاط الجيد للمع

بشكل عام

أمدء التركيب

لاحظت زيادة ملحوظة في نشاط وشدته

المع الجيني (الاسهم)



بعد التركيب مع تناول Adderall لاحظت بعض نشاط مع بعض

اضطراب قصور الانتباه في الأسرة

باعتدال الكثير من الاضطرابات بتسميه لها تأثيرات وراثية كثيرة  
اضطراب قصور الانتباه يستند في حد ذاته وراثية حادة لا يسهل كمثل  
علم حد

كان "بوب" البالغ من العمر ٢٠ عاماً قد جاءني في بداية، لأنه كان  
يلقي صعوبة في إنهاء عامه الأخير في الكلية وكان يجد صعوبة في إكمال أوراق  
الامتحان القصص السري ولم يكن يتمتع بالتركيز في الفصل كما كانت





إصابته بمصوّر لاجسه وعدمه كان يحزن التفكير في نشاط فشرد مقدمه  
 بعدو لجيشي يقر مدلا من "أريد" وعدمه خيوطه -ت- بهم الأمر قتلا  
 "ربما كان هذا هو سبب في أني خذ صعوبة في تعلم الأدب وعندما كور في  
 توقف حمداشي ودفع بعدم "أرادت نفسي قد تجددت ولدت أنجب مثل  
 هذه الموقف. وعندما سأل تيم Ritalin كتب سبحانه به ربعة وأصبح  
 أكثر يعطى نداء سحر وك سحر أكثر في وقت من كذا بحيث علاقته  
 كثير بروحه بل من بروحه فلا أهد - يوقف علاقتهما أن يتحسن بعد  
 كل عوم أهد والأله

### الاضطرابات الذهنية

تؤثر الاضطرابات الذهنية على سيموفريد في فترة الشخص على  
 سيموفريد لحيته والحب. هذه الاضطرابات -ت- عدم بالبعد وربط بعده  
 مدلي و -ت- مثل غير موضوعات معينة يودي -ت- تكون حاسي على  
 الآن في مقدم من نشاط قسري مقدمه غير لجيشي  
 "شيفوفريد هي اضطراب مرض يسمى طيرة -ت- عدم بالهذوس والأوهام  
 وسوء التفكير وعدم مد -ت- و -ت- SPECT على مرضي مصابين  
 بعد الاضطرابات -ت- فهم مد بحرثون ويشعرون المعلومات لورده بهم  
 وحالة لثله مدد جيد لهذا

### جولي

في عمر حوالي ٩٨ عاما عدم جدي وكذب قد وضع مستشفى  
 من قبل بسبب التفكير الاضطرابي وضع "أصوات" والتفكير الذهني وكذا انهم  
 لأساسي عدمه هو عدمها -ت- -ت- تحسنا بها جميعا ويضع مجس كهربائي  
 داخل رأسه ويضعها بالكهرباء -ت- حرب بها العديد من الأدوية دون فائدة  
 تذكر وينظر لعدم استجابته للعلاج معروفة عدم مرضه بجزء -ت- راسة  
 SPECT عليها







خط فإنه ونسبه إلى عشرة معدة العن الجيبي تجد أن الجزء السفلي  
مخزون يقع فوق عذراء عظمية حادة ما لجزء تحلي اجناسي فيقبع  
حب لب الكلى من راس لدى يعرض نكتير من إصابات الراس

ومن يجدير بالشرح الكثيرين يقولون معرضهم لأصديب كبد في راس  
في حياتهم وهو ما جعلنا نكتب لسوء في عيادتنا عدم ذلك شخص قد  
يعرض مثل هذه الإصابة أم لا في لا في التي تعد للمريض ليملاها يجد  
فيها حال من يعرض لإحداث في راس في هذا "واشخص استوب من  
شده سرد المريض قبل دخوله عيادة طبيب يسار يك عن صلات الراس وفي  
وجدت أنى بطيب من المريض كفاه مني بكمبيوتر يسار المريض برة ثاشة  
عن صلات راس فاد كفت لإخامه في حالات ثلات باسفي راس المريض  
من بعد فاد عاد واحد بسفي فاد به "هل لب مفاك" هو مضاف من  
قد ما في شجر في راس والف عظم في حده سباحة غير عميق و لما  
من صلات بالهوى عند احد الكيبرين بعد شهور إصابات كبد في سوف بعد  
وقد راس في ثاء بشرة ايب سبطه ولا سمحي ذلك وهذا من راس عندما  
ساده سعة لحامه صوب بده على جبهه فانه "نعم عندما كفت في  
بد منه سطلب من شدة في لطبق في في المشي جد عرضي حزين يمسون  
مهم استجده بأرجاج حامي بصدرة و سقطوا من سيرة ثاء بحركه و  
فندها عليها عند سقوطهم من فوق در حبه

إصابات الراس من مهم حادة بعد ثوب مرضي من بحه عقد من ي  
كمبيوتر بمكر مصفيه في كفت في تسط جهر كمبيوتر على الا ص راس  
حين صاب بصبر باع في صا في في كفت و حدث أدى لا  
جز من حبه في في قد جوب من شخصه في

وقد فده "فيليس حبيب" صيف مثلاً صاحب عربة شبي حدوث خسر  
إعني عشرة مقدسه راس مصيب إصابة راس وقد كفت هذه بحاله من  
إصابة لا في في لأرجاب عضية في مشي في تدلج لب عشرة مدمه مصر  
حيث في عام ١٩١٠ كان عمر "حبيب" ٢٥ عاد وكان يعرض كعراقب تمام  
في في صا في طرق سلك جديدة وكان عمله يستلزم استخدام قطعه

حديد طويلا وسما. معقد و حذر طريق بحث لسكب حديدية و-ت يوم  
 وقعت حادثة رهيبه حديد - في لا تحذر في دحوب قدده بقصعة حديدية في  
 مقدمه - في كيدج - وكذا صول هذه بقصعة من الحديد ٣٥ قدده وفطرها ١٢٥  
 بوصة وريها ١٢٥ رطلا وك- هذه منطعة لحديد في دحوت عبر عييه  
 اسرى محبوه فشد - مقدمه بقصه حقيقي خرج من على اجرة لاساني من  
 اسرى كذا فحه - رية حل و ٣٥ و-هه وبنج عنها تدوير الجزء الأسرى  
 من فشره مقدمه بقصه حقيقي «الآخر» المجورة في فنج. وكان الحديد في حانة  
 حديد في انه به هو عرو على ليد حديد و-دي سبر در حير سبور في  
 اسايح اج حير في عام ١٢٠٠ م صيد حديد يحول باهتمامه سميرت  
 اسرى حديد في شخصه فقير دحوت كذا حديد شحت بين حديد  
 دعه مبروك في دحوت دحوت في حصة ان به دحوت فني برح من انه  
 لم يدرك من اعاقه عيشه - به سنج صباي في دحوت سقد برقي  
 سقد - به بعد انه عرو على حاكم سري لاسي بشكل صحيح كما لم يعد  
 اسرى مشايخ لاسر وقد ختمت حصة حصة حديد في لم يعد حديد  
 حديد وهذا شيء - ان فشره مقدمه بقصه حقيقي بكم فيها قد ذ-هه على  
 في يكون بقصه

## وخلري

بيت حنين معاصير شمس حادة حديد

حادي حنين في دحوت من بعد رحب مريح وعشاء وبعد مالحن  
 وخطف ويبر سعاد وكذا سمود حيد في حصة ركة - محبوبا مر حيرة  
 من لاسل وو حدي دحوت حصة بيز مريحة احصية وقد دحوت  
 لاصف الأول الاقداشي كان رحاري يركب السيارة في القعد الألماني مع أمه  
 منجها في سري حيد و-دحوت دحوت من حرم من حريم من حرم  
 رحاري - سرج اي لا حراف في حراف اسريه مد من ان قدامها ميطرد  
 وضطد منها بشجرة - دحوت دحوت رحل لام في حادثة ما رحاري قد  
 صطد رسة مراحح الباب حيث كان يستخدم 'حرم الأسس' وقد فقد وعيه  
 بعد عشر دقائق



وحتى من فشل بعمدة مصر حبيبي وهو مر مشهور في صيدت براس) كما كان هناك الحاضر في ساحة بعض حصص الأيسر وبدء على كل هذه اسديج وضعت له مجموعة من لادوية، تشتت على مضد بالارباحا وودت تهدده حايه بدوائيه ومساعدة للمصر اسديج الأيسر على أنه وظائفه، بالإضافة إلى Symmetrel (amantadine) مساعده على تركيبه وبحكم في اسديجاته كما تم وضعه في فصل حصص في المرسه وعطوة تدريبات معرفيه لإعداد رايه بإخلاق لشهور بداية بد سوكه يتحسن

### تيم

كان تيم طالب في عامه الجامعي ساسي وكان يسبح من عمر وقتها ١٥ عاما وقد حوّل بديه منذ شبابه بشكل متكرر سلوكيه حادة فقد كان كثير الحركه ومندفعاً وسفك مزاج وكثير للعصب رخصه عدد برؤس به طلب كان كمده ما يستشيط عند سكب امير بسيطه وناقيه وقد قبض عليه وقد سبوا جحلات اسديجيه وكان كثير معصب عن مرسة كما كان شديد مع والده وكثير معدي معها ولم يصاب أب من زملائه في مدرسته وكان راضحاً به ما يتكيف قدم مع الموضع كما كان يحرص عليه سحائر يومها ويتعاطى لاحتساب ويتكلم كثير وقد حصل ببرامج علاجي وكذا في طريقه ببرامج ثل عدد حصصه ورسا في وقد جرب العديد من لادويه ولكن دون جدوى

وقد شريت برنامج SPECT وحوّل ذلك كبير في لحره الأيسر من فشل بعمدة بعض بجهتي بعدد كان عمرة ١٨ شهر سبقت تيم من على سلم دور مبتلي وقتها ما به بعد سبقت به بعد حدث كذا، وبعد لاحظت تغيراً في شخصيه ونظراً لحجم سبقت بوظيفتي مع "تيم" فقد وضعت له مجموعة من لادويه تشتت على مصره للتشخيص وبديه وقد ساعد هذا على تهدئه عصب وتحسين مستوى التحكم في الادوية ونظراً لحجم الخلل، فقد كتب لمرسة "تيم" في ١٠ عود فترة بدمه عصر حبيبي لأ ١٠ وظيعه بشكل كامن أمراً ليس في الحساب وإنما كان الهدف من العلاج هو استخدام أي دواء ممكن يساعد على إيجاد آليات مساعدة للرقابة الداخلية، وإلا قد يصغر

سقطت و وضع رقابته خارجية عليه شكر من شكر احببني و من س  
 كبر - "تم" ديب شيد يقع منه و من لان الرقابية الداخلية الملوطة بقشرة  
 بعدة بعض بحبيبي تم بعد بوجوده اثر سقوطه من فوق المسد  
 و من ما يكون فهم وظائف ومشاكل هذا الجزء من مع امرا جوهري في  
 عمليه شفاء الأشخاص الذين يعمون

شعير الحنثه على سطح نيم



مظهر سطحي ثلاثي الأبعاد من الأعلى لأقصى  
 مظهر سطحي ثلاثي الأبعاد من الأمام  
 لخصف

لاحتد وجوه عمده كمن في سطحه بعمق الوسطى

في اربعة مقدمه لنقص الجبهوي رجو ان سر هذه مقدمه  
 سدويكيا وامتد بعض ( لشخص بعد تلبس حمله ) وجه شئ كل سور  
 و هذه سدويكيا - السدويكيا السدي وضع ترك سيات بجانب كل  
 منسب و - كل ديب حمله سدويكيا و كثير ر جديا ( ٣ ) فقد يشير إلى  
 - جمال وجد - مشاكل في قشرة مقدمة الفص الجبهوي

• اب صمد

• با = ١

• بر = ٢

• كنيز ٣

• كثير جد ٤

عدم القدرة على التركيز على التفاصيل أو تجنب الأخطاء لاتباعه  
 من الإهمال

- ٢ صعوبة الحفاظ على التركيز في الموقف البرهانية (في سرور وأمن الخ)
- ٣ صعوبة لامتداد
- ٤ عدم قدرة نحو مدرك المهام والمقاييس
- ٥ عظيم السعي بوليت : سكان
- ٦ سرعة التشتت
- ٧ ضعف مهارات التخطيط
- ٨ عدم وجود أهداف واضحة أو تفكير مسبق
- ٩ صعوبة التعبير عن الشاعر
- ١٠ صعوبة التعبير عن العاطف مع الآخرين
- ١١ كثرة أحلام اليقظة
- ١٢ أمن
- ١٣ التلاعبة وعدم وجود داهمة
- ١٤ لكسل
- ١٥ الشعور بالارتباك
- ١٦ الاضطراب أو صعوبة الجلوس دون حراك
- ١٧ صعوبة الاستمرار في العمل عندما يكون هدف مقترص منك
- ١٨ السعي نحو الصراع
- ١٩ لكلام الكثير أو لقليل
- ٢٠ استعجاب الإجابة قبل الانتهاء من السؤال
- ٢١ صعوبة انتظار الدور
- ٢٢ صعوبة الآخرين ورفض سببهم : يكون ذلك مثلاً : الألعاب و حوارات
- ٢٣ لاندسية فوق شيء : وقته : دور لتفكير فيه ولأ
- ٢٤ صعوبة السمع من ماضي : من : تكرار الحفظ





من ذلك تحديد أهداف محددة في يوم محدد ووضع الأهداف التي  
يعكس تركيز شديد يهدف إلى تحديد اختلاف كبير في جانب

وقد جعلت مرصدي لهذا النوع من عمارهم ما بين سر لتأسيسه وتحديد  
وتعيين يومين من سريين تحديد هدف. هذا الهدف بطريقه وطبق عليه  
"مفردة اصطناعية" واحدة لعدم دراسة لأهل والدليل مدحجين وجدد  
قدرة شيد يجمع بينهم وهو لا حصر في استثنائية أدبية والأهداف  
بوضوح وسوف يحدد بغير "مفردة" صفحة لإحدى في تعريف الأفكار  
وكلمات وأفردت وقد تحدثت في هذا تعريف لتسريع و تركيز وتعريف بشكل  
من الأشخاص.

وسأبين لك كيفية القيام بهذا تمرين عمود. جدول حدي  
لذلك ودون فيه موضح هدف رئيسية رئيسي بالمعنيين بداية  
العلاقات مع كل ذلك وكتب تحت أهداف سواء جسيما مثل  
نوع تحديد أهداف لأمره وصدق. وكل عمل حسب أهداف  
العمل حدي، استعجلي وأرجع إليك بعد كل علاقات بصدق. انهم  
ويختص بالحد أهداف أدبية حمة، استثنائية وحرف أدب كتب  
الجسم، العقل، الروح، الاعتمادات.

وحيث أن عدد حدي كتب بالصورة هم في يطرح إليه فيها وما  
يريد فقط ذلك تحديد وحفظ ما في معك حتى يمكنك تطوير عمل  
وملاحظات هذا. وبعد، ينبغي حصة بسببه من تحقيق ما يريد  
استعجل شيد حديها داء. هذا صبح هذه حرك في مكر بحيث ترها كل  
يوم فعلا صعبا في ذلك أن تكون ملأجه في حذر فراشك وتكون مره  
حسام بهذا الطريقة يمكنك بذكر فكرة وهدمك على انه ما يريد وهذا  
ييسر طلبك وسوف على ذلك ولا عذر في سؤلك لنص في مروت  
وذلك صبح كل ذلك. وبعد لتوجد بك من طافتك نحو أهداف لي معن  
هنية في حياتك







سروصر لحوب عالی و سادین و اینطریق وقد کن سم بطریق اسی  
 ساعده "قری بیستین" ۱۰۰ سروصر مدله حیث فر من قوی مبصه غصن  
 یبیه رطوبه عشویه قضا و حمل کرد غنی انه واحد یخو بر سینه کما  
 حد طوقا من لب و نقد و صعب بر عی حوب طعی و سمدن بالمرح  
 و عدا طیب سربه من ابطریین حصر شی، مثل بها و حب فکر عده  
 طلب من بی اختیار سی، بدخر معی فی مدافعه اکثر من عشرین دقیقه ولا  
 بضل مد قوه نمی بر و روتن یکی من جدا ابطریین

بعد مدله لحد دھب فی سربه دسلسه تکلیف مجعین فریدی  
 بنوم به لاش نظریه "فصرت سربه و اسی و تمیبه بنظره بی قائله  
 مد لا معر مد یمن یا فعدت بقوه فریدی سمد ما مرد مد ولیه  
 انحصاری و عطفه و مدحه سکه فذبح لک و رسی و رکت مد  
 عدها بعد بی مد مود مد لا حصیه لاهمام اندکی مدعه سانی مشعو  
 کما کان یمن بی معی فی حیر مد عید رفصه سید طعی انه مد کثیر حنی  
 لا یکنو صلا سب و مدل لانی مدو غیر قعد اطلب من بی ر یکنو وحش  
 مدجب فمضی مد مد رت بقوه حوب اندر تصای جهل ملاحظه مدعه  
 بخید و محدود مد غیر اسی "عتیه سکه لانه لا بیانی بها و صرف  
 اندهر مد مد خطی فکلار کف بود

اسی احمی مد مدو لا لکر بسی ملاحظه امور سجد فی الاخرین،  
 وند کی مد مد غنی مد مد سنی فوس ضروری وجود شی، بدکر مد مد  
 لاصقه و بیس من لایف معظم ملاحظه مد مد فی حید و فی الاخرین  
 خاصه مد، مد مد مد اصراع بتحقیق الفد لأمیه

ال لکر غنی لحد مد سیه و حید از فی لحریر یحمد حرسه  
 للإصابة بالکتاب وقد یمدو علاقانا

### جامی

قدم مد مثالا عثر حوری مد نظریه فی علاج فمد عشرة اعوه  
 مد لی حدن لرحم مد مد ربه عشر عام سمدی "جامی" و بی  
 مد سمدی مد مد مد مد مد مد سمد صمد ادلی فی









## الوصفة الرابعة

### كل منصفاء واصب مسعدة حبيب تحبجه

والصحة خير يمدد من يشك في شدة بقدرة ابنه الحبيب حبيب  
يخبره بصفوة في سبطه بولهم وهدى في أعينهم ان بعلنا بهرات  
بخطبة فيك، بخصيص بوبه، بمرمى ببطيخيه و كميون بفسن ن تكون  
بشابة طوي حجة من مهم حبا ر علف بظن بعتك وان تحو، قدر  
وبمكن، بحيث بفسد و بخاص ببعديت سي، يكون بظننا وهو لا  
ببصا بفسن، يكون بفسن مهم، بظننا، بظننا، بظننا، بظننا و  
بفسن بفسن، بفسن و بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن  
بفسن و بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن  
بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن

بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن

بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن  
بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن  
بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن  
بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن  
بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن  
بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن  
بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن  
بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن

بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن

بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن

بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن

بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن

بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن

بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن بفسن



## وهناك خمسة أنواع لأنماط موجات المخ

موجات  $\delta$  (١، ٤ هرتز - كل ثانية) وهي نصيبه جد يحدث في  
نقاب أثناء النوم

موجات  $\theta$  (٥، ٨ هرتز كل ثانية) وهي موجات بطيئة  
تحدث أثناء أحلام اليقظة، الاسترخاء، أثناء حالات محدث  
موجات  $\alpha$  (٩، ١٢ هرتز كل ثانية) وهي موجات يحدث  
تأ، حالات الاسترخاء.

موجات  $\beta$  (١٣، ٢٠ هرتز كل ثانية) وهي موجات  
تحدث أثناء حالات الاسترخاء، يقظة، تركيز

موجات  $\gamma$  (٢١، ٣٠ هرتز كل ثانية) وهي موجات  
سريعة تحدث أثناء تركيز، وحالات اليقظة الذهني

وبعد دراسة موجات المخ على عدة آلاف طفل بحساب مقصور لاسماء كشف الدكتور  
بوبر - كشف انماطية اسميه الى هؤلاء الأسماء هي عكسها من الاستمرار  
في حالات اليقظة، من موجات  $\delta$  موجات  $\beta$  في فرد طويلا متعبة، وكثفت  
وحدود يزداد سرعة في موجات  $\delta$  في حدث أثناء أحلام اليقظة وقد وجد  
مؤيد لوبر انه عندما استخدم مقصور في يوفوف لاسم موجات الدماغ  
EEG مثل نمط  $\alpha$  يعاين يردد من عدد موجات  $\delta$  ويبدو من موجات  
ثابت (موجات أحلام اليقظة)

والجواب عن هذه الاسترجاعية الجديدة بعد أن ظهر ما في ألعاب  
الذهنية كشف - تركيزه وانماطهم موجات  $\delta$  بحسب حركته وفي  
موجات  $\delta$  من عدد حركات موجات  $\beta$  EEG كجذب للذهنية الاسترجاعية  
حينما يحسن لوبر ما شاهد كميونتر يشاهد لعبة ما فوجد ان لديه نشاط  
موجات  $\delta$  أو انخفاض نشاط موجات  $\beta$  تستمر اللعبة، أما إذا لم يحدث  
هذا فيتم يهدف لغيره، ويبدأ بمرطبة جبهة خلال مشقته للعبة يقوم  
بتمنيوه سريره بتشكيل موجات  $\beta$  بحيث تصبح صعبة قدر الإنجاز،  
وقد كشف هذا البحث - قد لا يحدث بين عشية وضحاها بل لابد للطفل

، جارس قد تشكل من اشكتا بعدية لاسترجاعية الحيوية ب. ير عاد او  
عصير

ومن خلال خبرتي في بعدية الاسترجاعية الحيوية باستخدام جهاز رسم  
موجات المخ بالإضافة لخبرتي في اضطراب قصور الانتباه وجدت أن الكثيرين  
يمكنهم ان يحسنوا من مهاراتهم في القراءة والكتابة عن طريق  
التي هي من صوب ه. شيء من العلاج وكر مهدد بعدية الاسترجاعية  
بحيوية باستخدام جهاز رسم موجات المخ انفس في مساعدة على تحسين  
الدقة بعدوية. وقد تكون هذه العلاجية ثوب حيث يصحح بعض جزء  
من عملية العلاج من خلال زيادة سرعة في عمليات التمييزية التي تحدث  
له

وما إلى ذلك بعض الباحثين والأطباء بتشكك في هذا النوع من العلاج  
قد تكون بحاجة لزيد من الأدلة التي تثبت فاعليته ومن ناحية اخرى  
قد من يفهم كغير بعدية لاسترجاعية الحيوية باستخدام جهاز رسم  
موجات المخ وقد عشت بعض معوقات عن تدريبها على علاج اضطراب قصور  
الانتباه في اوروبا ومعها بعض الناس لا يوافقون في حماس هذه الأسلوب  
العلاجي في سر بعدية. وقد من خلال خبرتي العملية ان  
بعدية لاسترجاعية حيوية باستخدام جهاز رسم موجات المخ علاج فون  
ومثير سبترين استخدام في المستقبل

### الوصفة العلاجية

#### جرب التنبية التسمعي لتصري

وقد سبب علاجي مشابه لاسبوب علاجي سابق ابتكره "هرود  
" في حوز كايبر. حصل على تشخيص في غم انفس وحدثا يعملان في  
خدمة كاسبر؟ "جريسور" وقد سبب كلاهما في تلبية علاج قصور الانتباه  
من خلال بعدية لاسترجاعية حيوية باستخدام جهاز رسم موجات المخ وقد  
من حقيقة هو انكلا سبب علاجي سبب انفس بالنسبة ان الأطباء الذين  
يحتاجون به

فقد على مفهوم صطاح نبي سعيه به استكمال اعطى والذي يمرض  
 من موهبات مع ندي مع يوع بينه المحيطه فقد قام كثر من "رس"  
 وذكر "دكتور" "دكتور" "دكتور" من خدمه يصير بينهما صداً ووضوح  
 حتى يحضر بوزن معينه وبت لمساعدة الخ على متابعة هذه الأضواء  
 والأصوات ويردد كثر ويقعد يرتد برفه بعد مدة عشرين و ثلاثين  
 دقيقه

وف حروب هذا العلاج على ع مر مرصى وصهر مدائح مشجعه وكثر  
 حد مرصى قد ظهر لديه حوث مصاب به ساوله Ritalin  
 Dexedrine فصحبه بأدوية قد نصرت بعد شهر نجسب عو من  
 صخرات فسور لاسده شكير كبير وضعت فتح عن هذا علاج عااب  
 مرصى كذا كات وبعد سمدف علاج مرصى حرق هذا الأرض  
 وعقد ع عت بدية سعيه أنصره بنصره مسهل وعقد  
 كذا بخدمه لود من بحث

### الوصفة السبعة

#### لا تكن منبها لشخص آخر

ذكره من قد من كذا بمر مرصى من مشاكر فتوح مقمة مص  
 خيلى عيى و معنى بخدمه سعيه سعيه سعيه ومن لاقتصر لا سعيه  
 صرخ من الفصل بخدمه فتوح حياون شخص من هؤلاء ان يرعجت أو  
 بعثت من سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه  
 من ما يصح لمرصى سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه  
 عن الصرخ فتوح سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه  
 لاقتل بخدمه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه  
 سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه  
 سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه

سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه  
 سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه  
 سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه سعيه

يستحدثونها بشكل متكرر وعندما لا استجيب شئ هؤلاء الأشخاص بشكل  
 على ريدونه بل بكل شيء عدونه في مواقف انني اتصوق على صمغ جدد  
 يود فعله في امره سلبية كذا في ذنبه منمير معب عنهم خربت  
 عند مكنى دريد في تديده قد سدد حليم على مدق تقصير وكنها  
 سيجعل على الذي الهيد إذا حافظنا على هدونا

رعب بعض الناس ينجح فيهم مع الأشخاص الذين لديهم من  
 السعي نحو الصراخ

• لا تشرح

• تفسد رتب صوبه سعي . يخلص صوب

• سعي . لا موقف قد خرج من السيطرة سجد قتل ان  
 على . اعمد بالحمام . عدس . يستطيع الشخص الآخر معك من  
 حد . من . أفضل . كذا . كذا . صدم . فرد . دا . وحدث  
 الشخص الآخر يفرح جدا . وحدث . عيب . سدد . سدد  
 طوبى

• سجد . سدد . و . سدد . لتي . تغير . اعصب

لتحريف حدة ابوقف

• كذا مستعد جيداً

• ش . س . س . نعم . واحد . صلاح . موقف . بيكر . لب . لبط  
 حينما تكون الأمور هادئة

### توصفة التهمة

حرب استخدم ثوبه قشرة حذمة الفصل الحبيبي

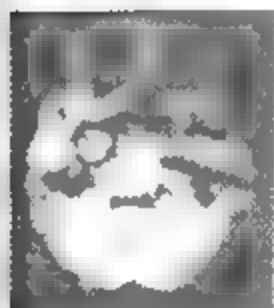
لأية مدى استخدم علاج في صمغ عصر جيبني لايد ورو حذ  
 حسب لئسكه انني يعطي صبا حد . حذ . لا شخص . دين . يعنون من  
 صمغ . حذ . لا سدد . سدد . سدد . جيد . لا . و . سدد . مثل R tatin  
 ، methylphenidate و Adderall وحب حبيب من ربة النوع من  
 سعي . الانعديمين (dextroamphetamine) Dexedrine أو

(Desoxyn) (methamphetamine) و (Cylert) (pemoline)

ويُعمل هذا الدواء عن طريق تنبيه مساق عصبي دوبيامين والذي يعمل بدوره على عدم توقف نشاط قشرة مقدمة المخ الجبهية بسبب الأساسي لاضطراب قصور الانتباه وهذه الأدوية خلاف للاعتقاد لسرعة مفعولها وجوهرها ثر صريح ويظهر نتائجها في محض بتردد

وقد رُبت عند الأدوية تحدث تغيير في حياة من حيث قمت ببحر، من سبب SPECT نظير في حشرة كالمعدي من اضطراب قصور الانتباه وقد جربت من سبب في حشرة كالمعدي في حشرة كالمعدي وقد اضطرب المسامح إلى سبب من Ritalin سبب موات يومها قد أدى إلى زيادة نشاط قشرة مقدمة المخ الجبهية مما جعله قادر على التفكير وتحديد الأهداف والمنظم والمنطوق والمنطق والمنطق والمنطق

قبل وبعد تناول الأدوية المبهمة



مؤثرات سيمبي ثلاثية الأبعاد للجانب السفلي

تحتوي على ثلاثية الأبعاد من ثلاثية الأبعاد	تحتوي على ثلاثية الأبعاد من ثلاثية الأبعاد
تحتوي على ثلاثية الأبعاد من ثلاثية الأبعاد	تحتوي على ثلاثية الأبعاد من ثلاثية الأبعاد
تحتوي على ثلاثية الأبعاد من ثلاثية الأبعاد	تحتوي على ثلاثية الأبعاد من ثلاثية الأبعاد

وقد طلب عدد كبير من الأطباء في مرضي لديهم من يعانون من قصور الانتباه في قاعية لامية في الدماغ وبعض من يعانون من نقص في نشاط قشرة مقدمة المخ الجبهية في حشرة كالمعدي وقد اضطرب المسامح إلى سبب من Ritalin سبب موات يومها قد أدى إلى زيادة نشاط قشرة مقدمة المخ الجبهية مما جعله قادر على التفكير وتحديد الأهداف والمنظم والمنطوق والمنطق والمنطق والمنطق



"لقد حدث تغير جذري كلي في موقفى"

بني مقولاً لطفاني وأقول "ليس كذلك" وذلك بعد أن كنت أشكو منهم

للمرة الأولى أشهر بمثولية عن حياتى

كلمة "أنا" اعتقد اننى عني بدائى لى شخص آخر يمكنه ان يقولنى، ولكننى

بدأت أعتقد أننى ربما أكون نكياً

بني "أنا" الآن أعتبر سخيير مع حقى من يفسد أو تدور لونه عليه يستطيع أن

يحمى أشهر بالهوية

لقد كانت عدلى "بني" وحيدى وسط مدينة "ميسوريتا" الساعة الثامنة مساءً

ان بعد سائورى لأبوية علم أحد اعمد من هذا الشيء العنصرى ان قبل ذلك فلم أكن أفكر

في المواهب

بجسمى لا "أنا" القى كلمات "أنا" الجموع "أنا" قبل ذلك عند اكن أجد "أنا" فى

منه هذه "أنا" حبيب كار ببيع كى سى "أنا" دهنى، وبذلك كنت حاول أن

أجيب هذه "أنا" "أنا" الآن قد استجبت أشهر بالهوية وأبوصح الدهنى

"أنا" أهد أخشى الآخرين كما كنت من قبل

بعد "أنا" روجى لم بعد سعيه شع فى كنى سائورى لأبوية لقد أصبح معتقورى

الآن أن الحشر

"أنا" أصبح معتقورى للمرة الأولى في حياتى "أنا" جسم لا شاهد فيلما

ع "أنا" حبيب قى "أنا" عسى "أنا" مع "أنا" "أنا" كنى كنى أصاب عيها بالهوية كما

صحيح معتقورى "أنا" عرفت نفسى بعد يكون "أنا" عسى مائلاً فيه

"لقد أصبحت مقرتي للحياة أكثر وفوحاً"

من الدفش "أنا" حبيب سعيه صبر "أنا" محم Ritalin يحسن أن معتقورى من

الوعبة في "أنا" من قولى "أنا" "أنا" حب روجى وأطفاني

"أنا" أهد "أنا" كنى "أنا" "أنا" "أنا" بعد بعد روجى في كنى كنى بيضاء، وعلى

لا "أنا" عرفت عسى لا يقول "أنا" "أنا" يحسن عسى ما يريد

"أنا" أشهر بعمى أمحكم في قدام حياتى

"أنا" عدى حبيب مصدايات عيها بعد كنى استمع من

عيسى معنى هذا "أنا" كل مصدايات عيها لا تبه يظهر لديهم ستجابة

حياة كبرى للأبوية سببه ولكن كثير منهم يحدث به هذا فعمد بعور









و رواية نهمه بعد و حذفته قد قد يخص مع صديق قد لا يصلح بيان مع  
الآخر

ولذلك بعدة لتعريف وحبوب فكور ساسي بطمو اشخصي،  
والاحتمالي زمني وخصر بطولي ان و يساعد على هذا و يعونه. لانه  
حدث بعد كفا يعني يكون بأكسار ان يتكيف مع ظروف اليوم ان عدم  
يقر ساعة و يريد ان هذا يدور سبب على ثغوره

وهو جزء بارضاة ان مكتوب عن ظروف فهو تصور ايضا عن  
معدون فعندما بعد الآخر بطولي بشك سبب يكون من اسهل ان يتحول  
ان يتوكلت معدونه و لاخصر يدور يعانين من مشاكل في هذا الجزء  
يحدث معدونه في الحوزة لانب و يدور على سطح سوكبه غير فانه لا  
يحدثون عنها

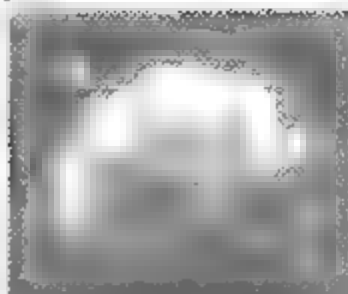
و سحر بطولي حدث ان حسب مع فشر بعدة لفر لحيثي صة  
تاسكير استعسي (الاحتياط و تحديد الاهداف بعدة بعد هذا الجزء من مع  
شك سبب من سبب ان تحت و تحت هذا قد انصبيه ان اذ  
حدث لتعريف ان لتحدث قد يكون من غير من محيف ان خير من ليس  
كذلك كفا ان هذا جعله معدونه احدث سبب و يشعر بعدم لأمر في هذا  
لعام

وروية اختيار من سبب سبب لتعريف و فمف يعنى بمهنته تجد ان  
طبيب ادى منه اعداء على مكيف يكون فيه الاستعداد لا يستخدم الفكر  
و سبب حيات حديد معدن يصنع بعدة لاسر انصبي كذا جده مفتاح  
التي لكي يعطي موصاة حدث معدونه من كذا هو حديد ومثير ما  
طبيب ادى يعانين من مشاكل في سحر لطولي وقد فمف بعد مسح على  
مع بعد من هؤلاء لاطب مجده يعين لصلابة فمف لاشب با طريقة لتي  
عدد غيبه و بشكل يمس بأديه "فمف" و فمف من كذا كذا تريدي ان  
اعلج و بعدة على روية حيات و لا فكر حبيبنا من ركود و لا كتاب  
و لسوك العنواني

## سيف صدقي

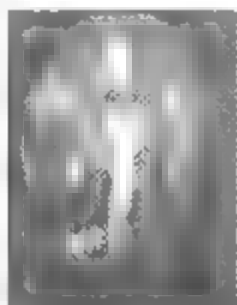


سيف الصدقي



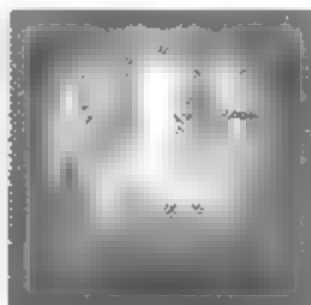
منظر جانبي ثلاثي الأبعاد حال نشاط

سيف الطوقي



منظر ثلاثي الأبعاد من على لأسفل حال نشاط

التفهيف الطوقي



حال نشاط التفهيف الصدقي

حال نشاط التفهيف الصدقي

## مشاكل الجهاز الطوقي

- انتقال
- الاحتفاظ بالأم الماضي
- أكبر قوة على فت معية "البحر"
- السلوك الاعتراضي
- لدية
- عدة اعابار غير مفهومة شكر سمي
- السموكيت لإدمية (إدمان الكحول و مخدرات - اضطراب الأكر
- لالم الزمن









وهناك الكثير من الشكر اليومية التي يكون سبب فيها عدم القدرة على  
تحوس لأفئدة وعدم المروءة المعرفية ويجب قناعة موجهة بذلك

- لا تقصر على طعمة معينة وسدد برغبة في جربة نوع حديد
- الاحتفاظ بشكل معين للحجرة
- العسرة لروحيه بنصر طريقه كن مرد (أو تجنب هذه المعاشرة  
بسبب عدم الشعور بالرحمة المحيط بهذه علاقة من توصي)
- الشعور بالعبث عند غير جدد فعلا لأصيات في عظمة لاجرة
- سبب انهم ليس لغيره في عمل حتى إذا لم يكن ذلك في صالح  
بعض من لا يكون من غير ذلك للقاء بمنظرات غير مهم)
- طلب من فرد لا يرد يتوهم بعبث لأفئد بمرئيه شكل معين  
فقد من يرد هذا أو بعدهم بخدش رعيهم في المساعدة)
- ويذكر في يومى عدم المروءة المعرفية في تدبير سعادته ومعجزة وتقرب  
بشكر تدريجي

### لرفض الألفى (التلفاني)

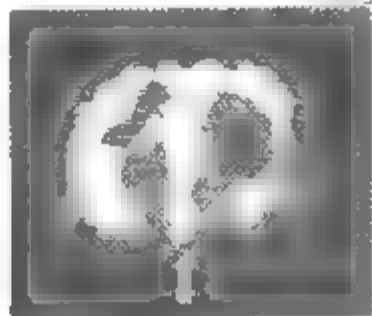
عمل كبير من الأشخاص الذين يعانون من تردد معرفته في نشاط الجهر  
سوءني في رفض التلفاني و الذي في سبب صعوبة بحور اهتمامهم  
فقد لا عابا ما تكون في كنهه يعجزون حتى دون التفكير فيه - كاتب  
" مصححهم أم لا قد حكى في حد مرضى عن واده دي كان يدرع  
بعض من منى علف منه ن شي كان يطلب منه (أو مثلا في ر يستخدم  
سيرته. وكان أبناء هذه الأسرة يعرفون جميعاً أنهم إذا طلبوا منه شيء، فإنه  
سيحضر في بيده طلبهم ولكنه حبا من يعجز عنه بعد أسوء أو ثلثين  
وذلك بعد أن يفكر في الأمر

ويحدث في عبادتي العديد من مظاهر الذين يعجزون بشكل واضح من  
مذكر الجهر اعرف فكثير ما تجدته غير معروفين ويفتقرون طرق تجنب  
فمن من يطلب منهم وكثير من يتأففون بشدة من يطلب منهم فيسردون  
- - في منعهم من فعل شيء أو دلا من ر يحذرون حتى يشاكس  
الاجد بيه





شبه رجم ولم يصق روح ما حدث لزوجته من تعير حيث عادت كي  
كانت خير زوجها



مقرر ملائي' الامانة من الامام بصف المصحح حان' مشافه  
لاحد' الميريه' بالحوشه في نسخة حيدر' بخولي' السهم

وبعضي من بروج من ميساري في ريفه ملائير شخص من صطرب  
بوسوس القهري في لوزا' انحداد لأمريكية وهذا الاصطراب يصعب لاره  
بوصيفي للاشخاص عامة وهذا ما يؤثر على جميع البرد لاله' وهذا  
لاصطرب على لا ملاحظه من لا يعيش شخص

وبعضات الميرة بعد الاصطراب هي لوساوس وهي عبارة عن فكر  
غير محدد ولا غير محدث بشكر مفكر وحسوكيات القهرية وهي عبارة  
عن سلوكيات لا يسهل على من يراها ولكنه يشعر به مجبر غير فعليا  
والأمر ما يجسد منه في الفكر الآخر لا حكمه من رأيه وهو بين هذه  
الأمور التفكير ذاته في لعب فكر يراه في يلقطه اسه' واسلوت (كل  
يخاف لوه من يحد منه) من جهة مصاحبه شخص احسن أو شكوك  
في يعتقد شخص به في شخص في حدث مروري على برغم من عدم  
توقعه من حدث وكذا حدوث شخص سيطر على هذا الفكر من  
قوة

واكثر السلوكيات القهرية شيوعاً غسل اليد والحد وخرجة  
بعلامه وغيره من ساي حده سلوكيات عبق بوعده معينه وبأسلوب صاره  
اقام حد فمثلا شخص في يدي من سوب من القهري قد يشعر بحاجة



و علاج عسوي مفيد جدا و علاج هذه الاضطرابات حيث يعرض امره  
 بسكن دريحي توقف سيده ويكون في اغلب لطووس و عادات مرضية ثم  
 يوم علاج بعيم المريض و سبب يندف التفكير ثم يشجع على موجهه او  
 ما يحذف به كالم يقع مثلا شخص يدي يحذف من تقديرات و اسبوت  
 بالعلم في لطيف

### اضطرابات طيف اضطراب الوسواس القهري

هذه مجموعة من الاضطرابات تنصص حديثا على تصنيفها و اضطرابات  
 طيف اضطراب الوسواس القهري و الاضطرابات التي يعاني من هذه  
 الاضطرابات يكون بشكل مغرط على انه لا يريدونها فكيف يحس على  
 هذه بعدة محبة يستعمل حركته في حيز تفكيره الا يتصرف بشكل  
 معي و حدوده النفسية و انه لا يستطيع ان يفسس طيف  
 اضطراب الوسواس القهري كانه اضطراب نفسي و اضطراب  
 و انما هو ما يصاب به هي اضطرابات سلوكية و حركية لا ودية  
 و انما هو اضطراب اضطراب تنسج و هو نوع من حركات  
 بحسب شكله فليس هو و هو اضطراب الاضطراب و اضطراب القهري  
 و اضطراب الوسواس القهري و اضطراب الوسواس القهري و اضطراب الاك  
 و اضطراب الوسواس القهري و اضطراب الوسواس القهري و اضطراب الوسواس القهري

### واضع الهم اضطراب التحدي الافتراضي

واضع الهم اضطراب التحدي الافتراضي  
 • لا اذ انهم "بني صغرنا شديد" في شعر يام نديه  
 • صغرنا "بني كندر الشهوية للطعام و الشره المرضي لطعام  
 على صغرنا "بني صغرنا جب على لوسه من فعله و يتعارض  
 مع هذا

• اضطراب الوسواس القهري "بني بوحه شر" في بوحه شر "بني  
 • اضطراب الوسواس القهري "بني بوحه شر" في بوحه شر "بني  
 • اضطراب الوسواس القهري "بني بوحه شر" في بوحه شر "بني

• اضطراب الوسواس القهري "بني بوحه شر" في بوحه شر "بني  
 • اضطراب الوسواس القهري "بني بوحه شر" في بوحه شر "بني





## نيسلي

طلب نيسلي دواءً عصرياً عما تعني من شره لطعم مدة ثلاث سنوات في خلد به كمن تستجده دوية سببه مدد عرف نكي برده من كفية من مدوله من طعم بالخاصة و . أنها للقدريجات اليدوية مدة ساعتين إلى ثلاث ساعات يومياً كذا أصبحت حبات بشرة حديد بشكر مقرب وم مع علاج إلا سدد حصد و دسر خرجت دما عن طار سيطرته وحلال مرحلة لتقيم لأوية عرفت بال سجنها غير طبيعي وأنها قذرة ومع هذا فعندما كانت تدعى أن اختاره كمن سحر به لا يظن أن سببهم بهذه الدوة وبعد ذلك لم يكن مستطاع أن يخرج فكره خوف من يده لور من دهنه ونيسلي به حاد كمن عدم من اضطراب ألوسس يقهرى وقد وعجب صور براه SPECT لدى حاد نيسلي "نيسلي" يرد في نشاط التحليل لطرفي و عند المتابعة بعدة نيسلي قد أصبحت في مجموعة تدعى من اضطرابات الدن والحدود متا بعد حصر والاكتئاب Prozac وبحسب حالها شذ كثير على مدى أشهر ثلاث سابقة و حاد به كمن تأكل مثلاً طبيعي دواء دما عن دواء سجناب و أصبحت عدم بالقدريجات اليدوية يوماً فترة تقل عن الساعة

وقد أثبتت إحدى الدراسات على حفيد على Prozac و د نيسلي محم يومياً من Prozac على سبكي كمن مد بواب شدة نيسلي لدى وقد شابت لأرب لنيسلي Prozac يس من شدة أجه انطوقى لدى مرضى اضطراب ألوسس القهري

## إيمان المخدرات أو الكحول

### جوز

د جوز في معطى مخدر و كحول وهو في الشبة عشرة من عمره، وم يعرف والداه بهذا وهو في سابعة عشرة وبعد أن كان قد تناول مخدر LSD أكثر من مرة وقد يشرب رجاجة من كحول يومياً على حد فية وقد صرح جوز بأنه حاد كمن مره لافلاج على هذا ولكن



دمية كان مدمير كحداً وعلى الرغم من أن "آدم" نفسه لم يكن سببه مشكلة مع كحول إلا أنه كان من أوضح أن "آدم" قد مر بوقت ما وقد كان لشرح جهاش بطوفي "آدم" دور جيد في علاج حيث أصبح بمقدوره أن يعرف على العديد من أفراد أسرة من يعمل من مشاكل في تحويل الاستدراك وقد قال "ي" "آدم" "لا" "سوى جميع أفراد الأسرة للعلاج فهم دائماً في شجار مع بعضهم كما أنهم قد حصلوا بعضاً من سوء السموم وقد حصل "آدم" وجميعه الممرير المعجولين بالإضافة إلى خصائصه للعلاج النفسي. وبدولة لدرجة يرميه صغيرة من Prozac سببته على أن يكون عن الأفكار التي جعلته على عقل بالمرء وفي نهاية المطاف "آدم" أن يعيد علاقته مع زوجته ويعيد بدء مشروعه

### الإعاق القهري

لأننا، معروف هو أحد مظاهر حالة على وجود مشاكل في الجهاش جنوني و شخصيات على معاني من هذا الجهد سمع في بداية التصريح وشروطه وجهاش يعنى وقد تولى في المنح في شطه سون ومثل هذا لأعمال يمكن أن يدمر لإصلاح هذا الشخص ونفسه مع أنه يمكن له أن سببه على عمله

### جيل

كانت حين تعمل كمدير مكتب إحدى شركات الأدوية الكبرى في "ل" في سويسرا وكانت تجد ما يدفعها لمذهب بنجر "بيجون سكوير" بالعب من سبكتي ورت قبل عمر وأثناء سبب بعدة وبعد أنباء من بعض الأطباء شعرت قوة من الأثر في حاليه وهي شقري مائس نفسها والأستود، وكانت تتمتع بمرء بنديا لأخيرة حتى وإن كان موجود مع ذلك بهم سببها أن يكون وحتى رغم من أنها كانت تشعر بالعليق لا يمكن أن لا سبب كانت تجد معه في الأمر لا يتصيح معه وسمع نفسه مع الكثير من الناس الذين يبيعون رخيص شحارات بسبب ما يعتقد في حالات سوقها مفرقة فيها وقد حصل بعد من أحد جلال الأموان من

معمل حيث كانت مسجلة عن زفير شيكوت لشركة. وبدأت تكسب وتصرف  
 شيكوت لبايعين وعقارين معصية دينها الشخصي. ولكن بعد مراجعة الحسابات  
 وكشف عرق خفي من الاحتياز في كل دعاء الزفير، بدأ يوقف. ولم يجد  
 نجاح معه. ثم يصفه بعد الكشف. قبيح بين بضعة انصار يغير  
 مبادئ بعد دولار وصعب جدير. يحتاج بعد. شعرت بحري وانحرف  
 والكتاب. وقد كانت تعاني من قس مريض سمر معها طوب حياتها فهي  
 بحاجة مراهقة كانت تعاني من حصر لا كل وكل بها من تم يعاني من  
 حزن وسوء الفهم. وقد وصفت صور في SPECT التي أجريت بها  
 حول يده ملحوظة في شاطئ البحر نظري. لذلك عندما كانت تشرح في فكره  
 ولسانها. كانت تجد صعوبة كبيرة في الحواري. وقد ورد  
 Zolof وهو مصدر سوء حس. والكلمة كثره من عهده اسف.

### اضطراب الحدي الاعلى قسي

وهو اضطراب سلوكي توصف به اضطراب، براعمور، اندر، يعين، او  
 مسببه. وعلو، وحاد، والآخر من وجدل كما نجد بعضهم بسرعة  
 مع أكثر بعض وحادة عند لا يحصل على ما يريدون. ومن هؤلاء  
 زفير. زفير ما يكون غير متعاونين. ويعين. و قول "لا" حتى ان كانت  
 "لا" يصحبهم. زفير. من اضربه على لهذين للمعدي على تشخيص  
 هو اضطراب هو. مع كل عمر مرت بطفه فيها من لظفر ان يغير شيء. و  
 ثم تر زفير فيها. هي. زفير. حد. وشجب. ومعظم الاصول يعصفون  
 بعض. بديهية عدت من بين كل مشقة طبيب يصعب. و. من مشاكل  
 و. الاصل. منه. و. اضطراب. بوجوس. لغيري. فيصفون. ثلثة. و  
 بجهة طندت او اقل من راب. وسبب من. يصف. طلاف.

### يفيد

لا بد ان مره يجب فيها. كبر. شدة. في. انبعاثه من عمره  
 بعد حادي مع رتبه وهو. من حد. مسخا. ويجرد. ر. حصر. وضع  
 قديمه. هي. لا يشك. احد. ر. ب. و. ر. ر. في. كل. من. ما. بعد.

شعرب لا يريد من وقاحه لا ر بعدت قدميه عن لاريكه فعاد ديعيد  
 يصعيد به اخرى فظهير بعصب على وجهه لأه وأبعدت قدميه عن لأريكة  
 مرة اخرى وتكرر الموقف مرارا اخرى و كان قد مشكل جهر بصوتي بشك  
 على فلانعب ان ديعيد كان يريد وضع قدميه على لأريكه لأ انه لم تكن  
 يريد ان اوريد كور بيد ر يعرف ما سيحدث اذا صيقي ولام لم تحتص  
 عنه بضيق عصبه و بعدت قدميه عن لأريكة وقد دركت من  
 خلال ما ريد ر العديد من مشكل هولاء الاشخاص انها عدم مقدرة على  
 تحويل لاسبه ولا حفظ ما فهمه فتأكد ما كتب موقعه بشأن ديعيد قلت  
 بعض شعرب مثل الطلس جعفر بيده ألا تعتقد ر ثابوريارثة ولم  
 بكر ديعيد ر كاسفورب بعجسي ملائم الى سير ذلك من اعباب وقد  
 حدث ديعيد و ثابورب سبابه من عشر في نفسها حيث قال مثلا "إن  
 بعفس فظهير هو كور ديعورب ان مي هي من حبات بي هذه الملابس  
 لمعجب ر وهو اسحب لاجري ظهير على لاه نظره شب وكذب تجردل  
 لانر فيما يقول انه ر هم طلس حمير سابت بدرجة سب لريد  
 بعش في كاسفورب هذه الملابس سنبله زهير من اسدش مع الأم تضع  
 بي بي مام مشك حور عوفي موريه بين اخيل

ومدب اشرب في ليدابه ان حقدن وجود صلة بين سشاط اعطرب لي  
 لجهز بطوفي وصعرب سحدي الاعترضي لم باحد لعيد من لالبي الامر  
 جسده ان كيف بكاه هناك صة بين صطراب سحدي لاعترضي وهو  
 صطرب سوكي ح حبي وبين صعر - بوسوس لقهري وهو صطرب فق  
 داخلي ولكن ر به خلال سوت كد بي هدا صر ص حيث يحا لطفل  
 صهوبه في تحويل الاسيد هيب على لا لا بكلك ر تجعللي افعل  
 سب وغان ما يكون رندا افعل عصب من مشاك في لجهز بطوفي والكثير  
 من هولاء لاطد يكون مع تريح حربي من صعرب بوسوس بقهر ومشكل  
 لجهز لطوفي الأخرى

ومن لاشيه بي بعث على الذهشة اسي وحذاف بي مرضى لدين  
 فدا بجره شرهه عليه راب واد صير يعيد ر و حنهم يعدي من

وکی درجسیه . سلوکی . قهریه و شخصیه غیر مرتب عاید و یکون سیهما  
 طیل مصدب مضطرب لحدی لاخیر عی وقد قعنا بدراسه إحدى عشرة حالة  
 من عطق عیبه هه اسبط و حرید . سب SPECT عی کی من لاب و  
 لا و طقی وقد اعطرت من امریه سبع من یز لحدی عشرة حالة  
 وجود ری و نشاء لجهز لصرفی و یعکر . یعود هه سبب بیولوجی و  
 سلوکی حيث یبشر . یفردس ر زیاد نشاء لجهز بطرفی مکنون  
 بیولوجی مندر . یحسب وای . یعدیا من مذکر فی بحور الانتباه بحيث  
 یعدیه . یفکیر از سول معین من الدحو . عید من یسبب لیه عدم الترویه  
 من یز من قدره افضل سی بحوی لا یسبب و ی یسبب سببکه غیر صی .  
 ویک . یسبب من ان عدم در مه لیز من یحسب طیل بقصر و یسبب  
 سببکی عکس سلوکی حدر یسبب بالاسفایه واندیه و هو ما یودی و  
 . مسام یحیا عیوکی لسی ظهریه . سب SPECT

وید کرایا من قیر . لاسیا عمر انصبیه لی لجهز لطرفی یمش .  
 یس لایسبب من حدر لعلایع مندر و هو لا یسبب عی حدر یز لآخری  
 حدر لایسبب لایسبب و عی مندر یسبب یسبب من لا یسبب و  
 یسبب یسبب عی مندر لجهز بطرفی و لی لجهز اسایه لسی کاند یسبب  
 و یسبب من یسبب قهری عی مندر یسبب یسبب یسبب

### جیلیمی

و هو سبع من امریه سبع سبب وکی قد حادی سبب سلوکی  
 و عیوکی لمراد وقد من قهریه من دریه حصر مرت لی صف یسبب  
 لأنه کن یسبب من یسبب یسبب و یسبب یسبب یسبب و قد یسبب  
 یسبب من و یسبب لا یسبب یسبب لا یسبب یسبب و من حلات و حصر حلاته  
 یسبب من مصدب مضطرب محدود لاخیر عی . حيث شات دریه SPECT  
 لمراد یسبب یسبب و یسبب یسبب و یسبب یسبب و یسبب یسبب  
 یسبب حدر "جیلیمی" یسبب یسبب یسبب یسبب یسبب یسبب یسبب  
 یسبب Anafrafil و حلات یسبب یسبب یسبب یسبب یسبب یسبب یسبب  
 یسبب حدر . یسبب SPECT یسبب یسبب یسبب یسبب یسبب یسبب یسبب









وهو يتعمق لعلق لا يوب. افع كل مره بعدد فيف 'ى شخص مره كدنت  
سبعه ثناك من حكام علق لا يوب بحير حجم سحب هيى وحثها.  
بهد لا يستطيع الخروج سعت. دى. ن سحكه علق لا يوب ورثها

كف كد اقوم يسه مداح ابن مملونا "صموين" باع من بعد عتر  
سدت وىب لاه كد يعانى من اضطرب قصور لانتبا وصروب متحدى  
بغيرتى وكى مرض قصور لانتبا -ى صموين لم تسجب مداح من  
حذر Ritalin و Cylert ، Dexedrine وهي اىزىة منبهة تستجده فى  
مداح قصور لانتبا. وىب "سليد عر سمويل نه ببحرر ان نظراً فكرة  
سمر دهنه نه يكر بسطيع عرده من دهنه وكا يسيرور عا سعهين نصف  
فى حده ستره نه جا سس سواى دى خاسد عه وقد كد صموين من  
نه دطوب طليه وشووبه وحلى برغم من ن نه كد مدنى من  
كدت إلا انه كد دم مدحى نه واده صيح فى رحوبه. وكا بعض  
ن نه بكنكه فده سبرد لصوع سوا فى ستر

وه جرنت. نه سدت SPECT على ططيين لعرفه هل مذكهما بها  
سده ، نى ام لا وهن سده سده مداح وحدة م لا وسير سدهنه .  
كدهم ظهر سده ريد فى سده سده حوى وم يكن لدهم اى مشاكل فى  
حبال سرقى كده م يكن ديهم نه يفسر فى سده سده من لاكدت  
الكنيكي

سده على سده نه SPECT رعر معدهات لاكنيكيه ووه  
سديد Prozac وىب نى ن عوده سده لرد لاجر انصوفى او  
صحه ططيمي وىب سده م لاكدت سده سده على تقير تفكير  
مدحسى وىلوكيب اندريه وف ظهر سده سده ، حايه لملاح وىب  
نه نه مدحى نه م نوضع "الشيء بشكر منظم دمرب. وقد كان لصور  
نه نه لقص فى سده باى مدح سده بيروچو لا تعانى منه. وانه ليس  
سده قصور قيبا نه صعب فى ارثها نه شجعه على لاسمرار و سده



٤. الميل للاعتراض والجداال
٥. الميل للأفكار المهاجسة (أفكار مليه متكررة)
٦. الميل لمسوكيات القهريه
٧. لكراهيه لشديدة للتعبير
٨. ميل لإضرار الأحقاد
٩. صعوبة تحويل الانتباه من موضوع لآخر
١٠. صعوبة تحويل السلوك من اتجاه لآخر
١١. صعوبة رؤية الحيراث المتحة في مواقف
١٢. الميل لمسلح بارى عدم الحساب لآخرين
١٣. اميل للتقيد بسلوك معين سواء كان مفيدا أم لا
١٤. لميل لتبديد دأهمه لاشياء بشكل مفرط
١٥. اعتقاد الآخرين أنك كثير القلق
١٦. اميل لقول "لا" دون تفكير في السؤال.
١٧. الميل لتوقع النتائج السلبية.









بعدم معي بشكل متعدي - في سنت من فكرة مشاكس معي بعلوم  
فيحفظ بوفرة وفيه بحاجب لسرير - ربه وبعد ر يكتب لفكره ضع وثمة  
بما يمكنه وما لا يمكنه فعله حيا به - كتب تقو بشأن شيء ما و  
عمله كاتريقة مثلاً فلتفصل الاتي

### ١ دور العكرة

١ - في فو بشأن ما في كل سيم - فيتي - لا  
٢ - ضع وثمة بما يمكنه فعله حيا به شيء الذي معنى بشاه  
"يمكنني أن أفعل أفضل ما يمكنني فعله"  
فلن فعل ما بحمدي موصي شيء - في ساسد و لغو - جدر  
والإبداع

### "لتحقق من معرفة المدير برغبتني في امره"

ساعلم مدير - معه ويلد - ساعه - ساعه في ساعه  
٢ - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه  
"لا يمكنني أن آخذ لقرار نهاية عن المدير"  
في ساعه - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه  
يمكنني - احسن - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه  
لا يمكنني ان جعل معرفه حيا به شيء - ساعه - ساعه - ساعه  
في ساعه - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه  
محيدم - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه

### الوصفة الرابعة

طلب مشورة الآخرين عندما تقهر سلفك فكره عليك  
فيش - جهود - في شخص من الأفكار للتحقق - فمن بعيد أن  
عند مشورة الآخرين - عند ساعه - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه  
ساعه شيء - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه  
بشاه - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه  
محيدم - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه - ساعه



ينبغي - معبره بانسكن حتى يندش ومعقدك

الهي هيا لي السكينة

حي نعل لاشياء لي لا يستطيع - غير

وهي لي لشدة لا غير الأشياء لي يستطيع معبره

وهاب لي من لحكمه ما أمير به بهر الأمور

- سيم بزمي

- سيمتغ سخطي

ور أقبل المصاعب على أنها الطريق للسكينة

و انش هه لعام دمره كما هو لا كس ريد به - بخون وأن شي بقدر

سري تهديني ان صحيح لامبه - مسلوب لا ريد بكى حد مسودة

السيطة في هذه الحدة

ومسودة بضرة في رهايت بالحياة الأخرى.

- تنسب إلى "رهنوك زهير"

### الوصفة السادسة

لا حاول اقتاع شخص حر تسيطر عليه فكرة

### اتركه وعد إليه لاحقاً

أولاً - بعد وسط مدمنة لا تستطيع الخروج منها مع شخص

عشيق بموقفه فسبوك مرة مسر دوق و عشر ساعات و حتى عشرة يوم

لا حيو تصرف حسب عر مذهب من تحب منه أنت ولا لشخص الآخر أي

سبحه سيبكك في ألعاب عدله أن تعود لتحقيق ما تريد من هذا الموقف

و قد لعبت منذ فترة طويلة لا جادل مع الأشخاص الذين يعانون من

سبوك في اجتهاد طوي لا شخص عدده يسيطر عليه تفكير أو سبوك

لا يعيد معه عادة ي تحليل مصفي أو إحد أو قصر سبوك للعلم مع

عد لا شخص هو لا العر لأي أقوم يعرض ما أريد بشكل موجز، فإذا

شخص لا شخص لا حيو مشيت بموقفه، أحاول تغيير الموضوع لأصلي، وهذا

لا حيو ان يعطي فعه بعد لا حيو أي شخص لا حيو يندر فيما قلت





فعدم يريد من هؤلاء مرضى " يفعلونك شيئا " فمن الأفضل أن تجعل  
هذه شيئا يفعل كما في كل فكرهم هم " طيب شيئا عديدة بشكل  
مباشر فبما ؟ حالب سوجه بدورهم طلب من لشخص رايه ويثبت بعض  
لافتة

• " كتب يريد من شخص " يعطى على لعشاء فمن الأفضل أن  
تأخذ من الوقت يدرك به بدلا من أن يطلب مدينته في موعد  
محددة متى

• " كتب يريد حصص " فمن الأفضل أن تكون " طيب لا تريد أن  
تخسري

• " كتب يريد من شخص " ناسي بعد في متجر في " طيب لا  
يريد سدد معي

• " كتب يريد من شخص " ينتهي من تقرير ما بحلول يوم الخميس  
مردود " طيب " يستطيع لاسمها من تقرير احصيه انعام

• " كتب يريد من شخص " يصنع لطف " ما دور " بسبب له مشكلة  
في " لا يستطيع فعن هم دور " بسبب " عاجا اليك  
كذلك

## الوصفة الثامنة

تعلم كيف تتعامل مع الأطفال الذين يعملون نلاعتراض

هذه وصفة جيدة عند استخدامها في التعامل مع مثل هؤلاء الاطفال  
ويذكر " هو الاعتناء شديدا في ضبط عيده "فما سوكيه سديه "وإدراج  
عمل مع مثل هؤلاء "فما يمكن " يحدث حذرا كبير في حسابهم لوصفه  
"ما هي " يعرف مني بصره "بدهد كي يسلي لك ان تكسر عوي  
"الفتل " "سويديت "لي "سعيد "يعيد "بالأخذ من "فصرف "لأب "كف "دكون  
من قبل هو استر "لذي "جد "مسد "صلي "أخبر "طوفي "علي "تحرر من  
قد "أفكر "سبب "صبر "بند "يعقل "يعيد "من "هذه "أفكر "بغيرير "الموضع







في ما يشكك فيه أو لم يسمع به جلالاً فترى عينية مغمضة فليست تراه باليقين به  
 ذلك من مخاطر إما أن تعرفه بشيء إلا أن لا تسيطر قبلاً ثم تعينه ولا تميز  
 بين بالسببة في والحيار لك في به يدعي بعض بعض ما طلبت منه  
 وسعته فتره راحه كره هذه الأمور عند الضرورة بمعدل مع سوء السلوك بشك  
 سريع وحارة وغير سطحي وكما يعارض مع الأمر يعاطيه رد ميل بطش  
 بمسوكيات السيئة. فالحرم أمر ضروري هنا

ولقد وردت الشبهة في هذا مع ما تدبر منه أيضاً من سببه في الأطفال  
 الذين يبتلون بمسوكيات السيئة لأنهم لا يسمعون بطش بل يحدون بالحد  
 بعد عدم يقين من هذا المسوك ومن معنى هذا باصبع الأخصب رأى  
 من يشكك في معرف أحد الناس بين لحداً ولتعتبر في يرى وقد  
 دعاه في عود خطف ما كثر من من سمع رياءه ومن لحد  
 يعني لك عبرت من رأيت أكثر من مرتين

وهذا حل من حيث هو يدعي دعاه بكثير كتب فيه إرمام و ظل  
 عاقبة حذره مع سوء ورأه لغير يرتدون طوبى بأصنافهم من خلال  
 بعد زود معهم ولاسماع يسم يمل معرضهم مشاكل استوكيات  
 الاعتراضية مع أطفالهم

وذكر حول شكر موجب من عيب . مستحده استوب صرف لاسية عند  
 حدود ولكن لابد من يكون حاد مع الأطفال الذين يميلون للسلوك  
 السيء في رب من شعر اصبح معهم ولكن ليس في كل الأمور وسوء  
 حذره ما يكون حد من احفظ حتى يمين بمسوكيات السيئة وكلاهما  
 عام من مشاكل في الجهر الطوقي وهو من غير من طبعه بتدليل الأسرية  
 سيئة وروية من قبل المراسل عاب ما تسعد كثيراً على علاج

### الوصفة التاسعة

#### فكر في دعوى توبة الجهر الطوقي

سأذكر في هذه التوبة كثير في علاج شكر الجهر الطوقي وحده تب  
 لا بد من تريد من عود لتعني حذره











ويوجد وقد لاحظ لعديد من مرضى فعليه هذه المادة في تحسين جودة النوم  
وبعض عديده وتحسين التحكم في نسبة لمرجية بالإضافة إلى هذا  
يظهر أنه ثمر جاسيه مع معظم مرضى وهو ما يعطيه ميزة حقيقيه بدرجة  
عده لاكتساب الخبره وقد ادرك رد الفعل واسوءه إجازة هذا المنتج،  
وهو من صناعه الاسوي واضح مناسب ١٠ إلى ٣٠ مجم عند النوم من  
١٠ إلى ٢٠ مجم هذا المادة يعيد يساعد على تحسين ليعتد امراضيه ونفق  
١٠ مجم من كبريت حديد العشر صبيح ١٠ كلف تزيد تجربه هذه المكملات  
المعدنيه

## الوصفة الحادية عشرة

### التكربسات النسبية

جلد ن سبب هذه المبريد - دور كبير في تهدئة على وزيادة مرونة  
مروية ، قاعدة حديدات تسي من راحه بها نريد مسويات تريبتوفال في  
١٠ مجم وقد ذكر من قبل ، هذه L tryptophan هي عبارة عن حمض  
امين صغير وله بعد صغره كبيره في مدافعه لاجماض لأمينيه الكبرى على  
مجم ١٠ مجم و كما بقيام بالمديريت يتم مسخدم مزيد من لاجماض لأمينيه  
التي في جلد احو بعقليه لم يعد من كذا هذه الاحماض في مجرى الدم  
ويعد بشكل طبيعيون ، tryptophan - ن ينجح في دخول المخ ،  
هياتي بريد من صلب صغيره وحين - لتدريبات لنديه نريد من مستويات  
جده بشكل و عمرو سبب من (١٠) نسبيه سي قد يسيطر عليه في  
جده وحي لا محدد عدين يسعون - مسوي - مبراسي راحه يتدريبات بدييه  
١٠ مجم مسويات (تريبتوفال) وذكاه روح التعاون لديهم

## ١١

## نظرة في الذاكرة والمزاج:

## للفصوص الصدغية

قال اب يبع من عمر ٩٤ عام لايه اباع ٦٨ عام "يوم ما مسيعظ  
 بمحد بعب قد حارب ٨ عام بعدى سندا بعد اساقو وليس الايام يستدرب  
 بك عموه وكن ما بركمه هو لذكرب دليس غير دس"  
 القاس من مسين سبي طبع

## وطائف الفصوص الصدغية

## الجانب السفند (غالباً الأيسر)

- فهم ومعالجة اللغة
- ذكرى المدى المتوسط
- ذاكرة المدى الطويل
- اتعم السمي
- استرجاع الكلمات
- الذكريات المقدمة
- معالجة السمعية والصرية.
- الاستقرار العاطفي

## الجانب غير السفند (غالباً الأيمن)

- تمثيل تعبيرات الوجه
- تفسير مودة الصوت
- رؤية
- موسيقى
- اتعم عصر

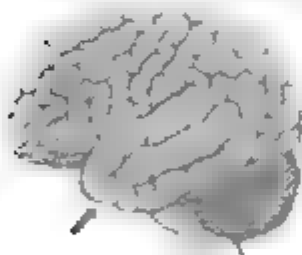
طلب الفصوص صدغية مخوات كثيرة جزءاً مهماً إلى حد كبير في علم  
 ليس البشرى. فقلما تجد من يدونه في الأوساط العلمية، ولم يهتم سوى قليل



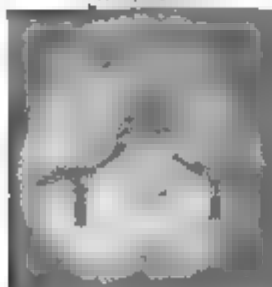
من أظنه لأعصاب بالدور الكبير الذي تلعبه في تكوين الشخصية والسلوك وقد  
 ثبت بوضوح هذه الصورة محبوبة و... نيكسا من لتعرف على تشابه  
 أخرى وقد ذكر الكثير من شخصيات يفسد... بها بمئة مائة مبلغ ولكن  
 بعد... بصور... في حياتنا تشير بوضوح إلى أن...  
 مدعية شعب دور أساسها في عملية التآكل والاستمرار انعطافي والنعم  
 ولا اتصال لاجتماعي

من لتعرف... في حياتنا هي... في  
 على... في... ومجموع... -... هي...  
 حساب... شخصيه... وهذا...  
 في... شخصيه... نوجد...  
 ...  
 تشكيل هويتنا الشخصية

نفس الجسم



نفس الجسم



نفس الجسم...  
 لا...  
 لا...  
 لا...

نفس الجسم...  
 لا...  
 لا...  
 لا...



نفس الجسم...  
 لا...  
 لا...  
 لا...





جدير وجهه به ويكر . كتب هــ بشاكر في هــ جريه فـهـ من شأنه  
أن يصعب مهارات الاجتماعيه

وسـهـ حضور صدعيه عني معاجه لاصوات وزيات رنعم لـهـ  
لحيده كما ر هــ جريه هــ سري يسهم في حـصـ شعر بالانـهـ و لاسـوجـهـ  
و بـهـجـهـ من حـلـهـ لاسـتـهـجـ و بـوسـيـ حـمـيـهـ ويطبق عني بـصـوصـ  
لـصـديـهـ ولسـردـ مـتـرـجـمـهـ مـاـهـ سـرـجـهـ لـصـدـاـتـ و تـكـمـلـيـهـ مـعـ اـلـكـيـاـتـ  
مـخـروـمـهـ بـحـثـ سـيـطـيـعـ فـهـمـ مـ سـمـعـ كـدـ يـسـهـدـ هــاـ بـحـرـ في شـعـورـ اـعـزـي  
تـفـنـمـ و اـتـعـمـ اـلـعـاـلـيـ و مـعـرـفـهـ اـلـحـقـيـقـهـ

### مشاكل الفص الصدعي النمسا (عـلـةـ الأيسر)

- العدوانية الموجهة داخليا أو خارجيا.
- الاثـمـ سـريـ سـمـاـ سـريـ كـمـهـ و عـبـ
- الحساسية ضد النقد . جيون اضطهد بـصـيـهـ
- صعوبة في إيجاد الكلمات
- صعوبات في التعلم.
- عدم الاستقرار العاطفي

### مشاكل الفص الصدعي غير النمسا (عـلـةـ الـايـمـنـ)

- صعوبة تمثيل تعبيرات الوجه
- صعوبة تفسير نبرات الصوت
- خلل في المهارات الاجتماعيه

### مشاكل تتعلق باحد الفصين الصدعيين أو كلاهما

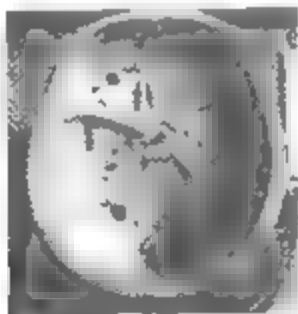
- مشاكل لذاكرة . فقدان الذاكرة
- عـمـ و مـ في بـتـسـ و سـبـ و صـيـ
- عـمـ و حـوـفـ و سـبـ و صـيـ
- رـحـ و حـيـهـ و مـحـرـاـفـاـتـ سـمـعـيـهـ أو بـصـريـهـ
- سـمـعـ و بـ لـشـيـاـ مـنـ قـيـنـ أو عـدمـ رويـتـهاـ أـبـداـ
- فـتـرـاـتـ مـنـ الـيـهـ و لـاـرـيـكـ

## • الإقراط في الكتابة والرسم

### • بواب لصنع

هذه مشاكل تحدث أكثر بكثير مما كان يعتقد في السابق، وتلاحظ في عدد كبير من بوابي مصر، وفيه غالباً ما يشارك نفسية في حين أنه في الحقيقة مشاكل بيولوجية. ويوجد عصور لصداقة في مكان غير حصين من حجرة و تحويف يصنع حفر محفر لعين يتحب لصداقة ويحتوي حفر لامي لصداقة على حفر عظمي حفر الخياشيم لاصغر لودي بوي غالباً في حداث حفر. بالحر، لامي عصور يصنع حفر في حداث بوي لصداقة وحيث أن عصور يصنع حفر و تحويف تحيط به عظام من حصة حوت عام وحش وبعين وشمس وشمس، وفيه قد يملك بوابه لاي ضربة لرامس من جميع الزوايا لقرنها

### الذاكرة والفن الصنع



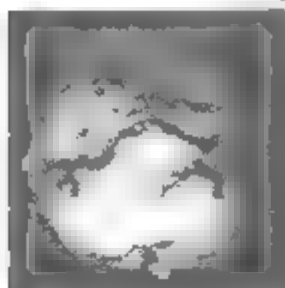
بعد - بواب وعده حفره سحر عريض غير لثمة الصداقة التي يوجد بها نفس الصداقة (سحر عريض حفر) (سحر لثمة لودي)

وهناك أسباب عديدة لمشاكل الفن الصنع شهر عدد لأسباب الحبيبات ورتبة رصبت برس والمعرض لأمراض وسوء وكثير حفر في عروق سحر على عصور صديقه وفثرة مقبة الفن صديقه سبب لصوفي رسم بحكم عريض حفر حفرية هذه لأجرا، هي أيضا كثير لأجرا التي ترتبط بالثقافة رسو-

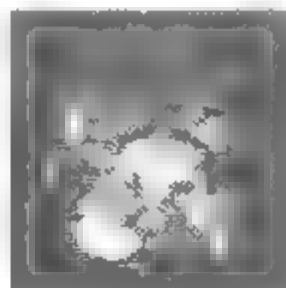
## ثاني

يبيع "سرو" من العسل ١٠ عام ولا قد حتمي لان روجته سمعيني  
تحدث في حدث انوميت غوييه وبكوت انه يعني من مشاكل في عصر  
نصري فقد كان يقضي أحياناً، كما كان منقلب المزاج وعدوانياً، كما كان كثيراً  
ما يرى أشخاصاً ويسمع ظاهراً مؤعجاً لم يجد له طبيب سدد كما كان يعصب  
دور سبب رشح ويغضب عن نفسه كان في سره يطلق محسني وبعد ذلك  
سهر سبب كبير وعندما كان يمر في الخامسة من عمره سقط من شرفة عني  
سبه فهو كومة من العيوب وفي سنه كان يجد صعوبة في تعلم القراءة كما كان  
دائم لشجار وقد أوضحنا من سبب SPECT لني حريف عنه وجود مشاكل  
في اعتر حتمي ليس هذا كان هناك انخفاض في نشاط البحر الامامي  
وبعضي، كما كان هناك زيادة في نشاط جزء داخلي من القشر الصدغي لايسر  
وبعد أن رأيت هذه العيوب اتضح لي ان العديد من مشاكله يهون كان سببها عدم  
الاعتر حتمي وربما كان عدم تنظيم لحياته في سنه في صغره  
وقد وصفته به Depakote وهو دواء لاضطراب مزاجه بقدرة على إحداث  
توازن في نشاط الدماغ بضمه، فبعد حدوثت معه ثلاثة أسابيع كان فوجئ  
لعدمه فلم يعد يسمع طبيباً ويرى شخصاً كما لم يجد بعد بضعة سنوات تعصب  
صده بعد في هذه المخرج ويقرر عن نفسه هذا هي مرة لأوى في حياتي  
التي عرفت ثلاثة أسابيع دار صده في حدث وقد مر به سنوات  
ومزاج "ببين" يتحكم في تفاعلاته

مع سدد



لاحظ انخفاض نشاط القشر الصدغي الأيسر  
(الأسود)



لاحظ زيادة نشاط القشر الصدغي الأيسر  
(الأسود)



















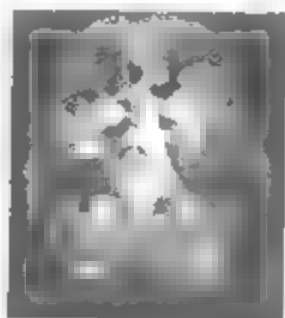






مكتب SPECT وجود مائة و عشرين صدغي لأيمور وريادة في نشاط  
بعد ثمانية وقد وصفه بـ "بريس" Depakote وهو دواء مضاد للتشنج وله  
تأثير في علاج مشاكل عتدو صدغية كذا أنه حاصص لعلاج التشنج  
بعض حد. لمق لديه وحده سبوعين حثقت هذه "بريس" وبعد مرور  
سنة شهر من فقه قد انحصر

مدير سرى المجلس "الصدغي على يد "بريس"



مقرر ثلاثي الأبعاد لنشاط الجزء السفلي

لاحظ ملاحظ بانه النشاط في بعض صدغي لابد من "السهم العلوي" وفي المجد  
القاعدية (السهم السفلي)

### البن وجاك

لين و"جات" هما نفس التاريخ، فكلاهما كان ينتم بالقرية إلى حد ما.  
ويعد هذا النوع من وقت لاحق ذو سبب معبر وكلاهما له جانب دينية  
شعب في صوبه من حياة في بن بانه من "سبب فكاره  
لديهم صديق، حيث لم تسقط أداء عملها، واعترف من المجتمع بسبب هذه  
دين، جسم جانب كثير بقدر اليقظة الروحية العميقة لـ "اليد" ولكنه لم  
يسمط قط ان يفهم ما تعنيه. وكان بـ "إلين" هما من جاء بها لي تقبلاها من  
سبب لاحتد عليه كان حاداً بحاجة لتقديم مدقة سبب ورب اجمع  
في كتاب مدقة وقد وصفه بـ "SPECT" اني جريت بزوجين  
حد. ريادة محوطة في مشاط "حذاء" لمعيقه من القصوص الصدغية وقد شاعبت

معظم امراضهم بعد دخول Depakote . . .

... ..

### جيم

دار "جيم" مثل "جك" و"اير" يعني من لثيه واتبع في عصر

... ..

... ..

... ..

خلاف غريب بين نتائج دراسات SPECT التي أجريت في جيم ودراس

... ..

... ..

... ..

### قائمة الفص الصدغي

... ..

... ..

... ..

... ..

١ ... ..

٢ ... ..

٣ ... ..

٤ ... ..

٥ ... ..

٦ ... ..

... ..

٧ ... ..

٣ تكرر إساءة فهم كلام الآخرين على أنه سببي في حين أنه يجب

كتاب

٤. آخر. سبب. حرككم ثم يسجد. ٥. بحسب. وعقاب. ٦. يشعر  
الشخص بالإرهاق بعد موبات القضاة

٥. فترات من احياء والارباب.

٦. فترات من اهللح. ٧. الخوف دون سبب محدد

٨. بعيد سمعية. ٩. يتدبر مثل. ١٠. يه. ١١. سماع صوت  
مكبوت

١٢. حسم. ١٣. مكال. ١٤. سبب. ١٥. مر. ١٦. او. ١٧. عدد. ١٨. مكال  
مكال او شحور اعتدت رويته

٩. احساسية. ١٠. الارتباب الجسدي

بصراع أو آلام نفس دون سبب واضح

١١. حسم. ١٢. مكال. ١٣. مكال. ١٤. حسم. ١٥. حسم. ١٦. حسم. ١٧. حسم. ١٨. حسم  
سبب أو الانتقام

١٩. حسم. ٢٠. حسم. ٢١. حسم. ٢٢. حسم. ٢٣. حسم. ٢٤. حسم. ٢٥. حسم. ٢٦. حسم. ٢٧. حسم. ٢٨. حسم. ٢٩. حسم. ٣٠. حسم  
الاخيرين.

١٣. فترات من المسير

١٤. مشاكل في الذكاء

١٥. مشاكل في الفهم

١٦. حسم. ١٧. حسم. ١٨. حسم. ١٩. حسم. ٢٠. حسم. ٢١. حسم. ٢٢. حسم. ٢٣. حسم. ٢٤. حسم. ٢٥. حسم. ٢٦. حسم. ٢٧. حسم. ٢٨. حسم. ٢٩. حسم. ٣٠. حسم



















يحتاج تشعير عمود من الخشب . مركزه في جميع عواحي فعله رسم من أن  
 هذا هو - قد ساعد على مدى عشر . لا يترك الأور سوا على لدى  
 العمل فلا يخصص له في طبع بسبب هذه هو يجعل شخص يتدوّل  
 بجراحات متزايدة تدريجياً حتى يحضر على نفس تأثير لدى حصل عليه في  
 عليه وهكذا يدور الشخص في رسم بعينه صديق يتكلمين وكافيين يؤدي  
 و يعتبر نشأت مع حصل من ذلك مع يحضر شخص طبيب ليريد من هذين  
 حادير

## الوصفة العاشرة

### اهتم بالتعبية

بعض ، بل في رسم على - كبير في علاج مسائل للمصنوع  
 تصفية فساد ، حيث كثر هو ساعد يريد لسوء العمل على لدى  
 الضعيفين هذا مع يمكن يتوهم مصحوبة مع عدم لأكتفب والأكثر  
 سخوابة و هو لأطعمه أصعب ساعد على وعلى حل فيها كبرهيات  
 سيدة على أن هو به ساعد ملاحى كبير . فـ ثاب العمل مصحوبة  
 أفك سخوابة وغيب ما حتى وكذب فالأصل في هذه لحالة تدور  
 تدور سوا في فيها كذب لكن وفيد - داسين

## الوصفة الحادية عشرة

### جز - السعة لأسترجعية باستخدام صور موجات النجم

تقدم ساعد خيراً باستخدام أسلوب جديد لاسترجعية حيوية من  
 خلال صور موجات مع ساعد . وظهري للمصنوع تصديق وذب  
 ساعد على ما تعتمد من خلال خبرات في العمل مع درست SPECT  
 فساد ملاحظ من خلال صور SPECT وجو - الحاضر و يرد مطرقة في نشاء  
 جو - د من مع ساعد وضع كبرهيات فوق هذه الأجزاء وتقيس نشاطها ،  
 وترب مع على إصدار موجات ضحية في هذه الأجزاء ويمكن أن يساعد هذا  
 كثير على علاج صدمات مع وهو حادى - مرة سيدة صدمات سيانها

تعدده بغيره، حرد هه ٤٠٠٠ مشكل و ماکرة و شعوره بديور،  
 حرد و شعوره و اعراض و وصف حالتها مراقبه حرد غيرة دور عودها  
 يعني مع ر من كتابها وعندما جريت به سراه SPECT مسح وحيد  
 حصار و ما طالعها لشخصي ديسر وبعد ٧٥ خمسة من جلسات السعيدة  
 لا حرد فيه عني بقدر صدغي ليس حسب مذكرتها بشكل ملحوظ و  
 دبرها و ساد به حرد و حسب حالتها سرحية و استعجب من  
 تعود نفسها

## الجانب المظلم

### الضعف: مزيج من المشاكل

الضعف هو سوء شروق معد وقد بدأ جدل كبير حول ما إذا كان سلوك الضعف ناجماً عن ضعف في نفسه، أو نتيجة لهام بيولوجية وقد أثبتت دراسات حديثة أنه ناتج عن مزيج من هذه العوامل الثلاثة.

بعض الأبحاث الحديثة تربط بين ضعف في بيولوجية حمض سوسو-الضعف وقد علمت أن هناك خلل في إنتاج مادة في الدماغ تسمى GABA، والتي لها دور مهم في تنظيم النشاط الكهربائي للدماغ. كما أن هناك خلل في إنتاج مادة أخرى تسمى السيروتونين، والتي لها دور مهم في تنظيم المزاج. وقد أثبتت الدراسات أن هناك خلل في إنتاج هذه المواد في الدماغ، مما يؤدي إلى ضعف في التحكم في المشاعر والسلوك. كما أن هناك خلل في إنتاج مادة أخرى تسمى الجلوتامات، والتي لها دور مهم في تنظيم النشاط الكهربائي للدماغ. وقد أثبتت الدراسات أن هناك خلل في إنتاج هذه المواد في الدماغ، مما يؤدي إلى ضعف في التحكم في المشاعر والسلوك.

وقد كانت دراسات SPECT قد أظهرت أن معرفة ما يدور داخل مخ الشخص الضعيف والعمرى، وبمساعدة على تحديد علاج مناسب. كما أن هناك خلل في إنتاج مادة أخرى تسمى الجلوتامات، والتي لها دور مهم في تنظيم النشاط الكهربائي للدماغ. وقد أثبتت الدراسات أن هناك خلل في إنتاج هذه المواد في الدماغ، مما يؤدي إلى ضعف في التحكم في المشاعر والسلوك. كما أن هناك خلل في إنتاج مادة أخرى تسمى الجلوتامات، والتي لها دور مهم في تنظيم النشاط الكهربائي للدماغ. وقد أثبتت الدراسات أن هناك خلل في إنتاج هذه المواد في الدماغ، مما يؤدي إلى ضعف في التحكم في المشاعر والسلوك.









بالاضطهاد وقد انتفع ثلاث مرات خارج مستشفى وهو يسكن في بيت بهير  
 مدينة بعد ذلك سؤا كبرت خطيرة في أحد بغير عن رغبته في قتل نفسه والآخرين  
 بالإضافة إلى إصابته بهنأه العنفة وقد تعرض عدة مرات إلى ضرب في لحيته  
 وقد رفض مارك تناول أي أدوية لاعتقاده في حارسه في تحكّم فيه وأن  
 نفسه وقد وافق على إجراء دراسة SPECT بعد أن حوّل خبره إلى

وحدد جزءا من نفسه على صورة الأولى عام ١٩٩٠ استقرت في بيت بهير الذي يحضر  
 عدل من حياته وحريه خارج البيت بعدها ساءت حالته وتدهورت في مستشفى  
 ويتيم الذي كتب حارسه في نفسه وقد طلب منه وأدّى في وقت تهددته  
 وحلست بخير طلب حارسه في نفسه وقد ارتجبت دراسة بعد ذلك مخوف  
 في نشاط بعض الأحداث الأيسر

هذا على حدّ خبره في مستشفى بهير في كشمير عديا في سنة  
 SPECT في ١٩٩٠ في بيت بهير مارك تناول Tegretol كعلاج لاضطهاد وحل  
 اضطهاد عام سرعان ما بدأ بهدوء وقد حوّل حارسه بالاضطهاد وحلّ شهور عام  
 بعد أن تمّ عمله في البيت بهير في كثير من الأحيان في عيشه عن أي شيء  
 حتى عن اضطهاد من قبله في سنة ١٩٩٠ في بيت بهير وقد شعر به في عيشه عن  
 حائل له في البيت بهير وضعه في السجن في كثير من الأحيان في  
 في سنة ١٩٩٠ في مصر واستمر في تناول العلاج دون انقطاع

نائب المصور المحدث من عيسى محمد مارك



صورة سطحية ثلاثية الأبعاد للجزء الأسفل

الأحد ١٩٩٠ في المستشفى بعد أن تمّ إجراء دراسة في عيشه عن أي شيء



بجارة نهاية الأسبوع الذي غامر فيها استثنائي كنت أيضاً في منابذة طوارئ،  
 فبعد ذلك فعب اسير لمضي حيث فمت بنحيف لاطفال وعبت معهم  
 كل شيء وكان بيدي يمشي في فريقي ومع كل حبه كان يناقشي فيه سبعة  
 ثم بعد حبه ما يشير إلى سعيه بقصص كد عجز بين سوك اجتماعي فعلاً  
 وبعد خروج بين من يستمعي ما بعد انه لسبب في مشكلته ولكن عني  
 باسم من لا يتأثر أصبح أكثر من سحابة معضيه ان لا تدر يعالي من  
 مرض ضرا- فصار... حيث كان يجد صعوبة في التذكر والقيام بعام  
 اسراسية ولاسي كنت أعرف أن هناك حملاً في نشاط فشرة بقدمه انفس  
 جنوبي ثم بعد و Cyert Tegretol وقد سعدة هذه كثير على  
 خمسين سنة في... بعد مضي سبعة فصار بين مسك وبيلي بلاه  
 حمد في... وعندها بين يميز سعدة حسرة من عذرة...  
 محصورة بين... وعندما شاهدني في ساحة فصار سبواب  
 جرى نحوي، واحتضني أمام أصدقائه

### وصف العف

هذا علاج... تشعب على... SPECT... يشير في وجود...  
 و... الشخص العذواني... أخرى... وصفه...  
 استعمل الاسم... جميع... وصف هو...  
 معدة... من الخ.

و... مقربة... عني...  
 بين... من... لاكتدب...  
 فسرة... عني...  
 عني... غالباً ما...  
 نصف...

وكما...  
 الأشخاص الذين...  
 لعربي...  
 وهي...  
 و...





بعد تعرضه لإصابة في رقبته إثر حادث سيارة قبل ست سنوات وقالت زوجته  
 إنه عند ولادة فيليب كان لآب وورن وصور ومهند ولكن بعد الحادث أصبح  
 منقرا، وبارد الحس، وسريع الغضب

وقد كان "فيليب" صاحب حرس سرية شاه جنسيت له علاج لخاصة  
 دسوس حيث كان متملا وكثير بحركة ومندفع ولا يهاب لأحريين، فكل  
 يحدس وأمر وندبه بأن يوقع عر سوكتة مرعجه وسرعان ما سركت ل  
 سسة تكفي في نفس "فيليب" مع ودة عند يحسن علاج للنفس وحده غير  
 كده وركب له لاند ور هدر مشكته مدييه وبيولوجيه في حه هي تقي  
 دة و هـ الـكـة بعديني ويريد من معهد عثـكـر لنيولوجية لني تـعـني  
 معها عدة لـسـد مـوـد سـحـر، لـه SPECT عني يح كل من "فيليب"  
 وولده

١٠ صحت اسررت، وجود مشاكل في ح لذي كل منهم، فقد ظهر ل  
 هـد شدة في بعد جدي لاسر لآب رفا كـت حـاـتـه سـيـارـة هـي  
 صحت كـه كـه سـه سـه وجود بحـاـتـه و شـه حـيـه لـمـي سـخ  
 ١١ عـدما بحـاـتـه سـوـكـر، قد رـبـد من قـبـل ن هـ الأـمـر يـوـنـمـد لـا طـيـاـل  
 ١٢ من صـحـاـت فـصـل سـهـد، يـسـمـوـن لـا لـوـع و لـشـطـا لـمـوـد  
 بعد أـحـد سـخ لـاسـر و مـشـهـد سـاـحـر الـاسـرة مـع مـعـصـه و مـرـجـعـه  
 ١٣ SPECT صـحـي سـي ر مـشـكـل فـيـلـيـب رـهـا لـ كـت في جـرـه مـهـا  
 بيولوجية، قد سـهـد لـك مـصـد سـوـب صـحـر تـهـد مـعـر مـصـد مـي  
 ١٤ عـب مـيـلـيـب سـه مـهـا أـمـسـيـط مـهـا لـمـي مـعـ

١٥ عـد عـلاـج اـمـشـكـر مـوـعـهـيـه صـحـح مـقـدـور الـاسـرة أن تـسـتـفـيـد من  
 ١٦ عـي مـعـسـي لـ عـلاـج مـع مـعـهـه و أـصـحـ فـيـلـيـب أـكـثـر هـدـو و هـتـمـا مـا في  
 حـاـتـه عـلاـج مـهـا لـك مـعـر مـهـه تـهـد مـع مـوـد مـهـه مـهـه مـهـه  
 ١٧

واسعة معمة الصقل معثل مأساة تمبرة تتضاعف عندما لا يتم التعامل مع  
 مشاكل صح لني تمصيص في د سـهـد











يحدث في نشاط فرد لديه عتس حبيبي وسحب شيرمي بشكر حيد  
 علاج عقار Prozac وهو من سبب حس ولاك و Depakote وهو  
 مضاد للتشنج بالإضافة للعلاج النفسي وقت ر لاوية قد جعلته أكثر  
 مرونة ، مكسب من عدم حيس نفسها داخل أفكار معينة مكررة

## تلوث للمخ

تأثير المخدرات والكحول على المخ

## روبرت

يبلغ روبرت من عمر ٣٥ سنة ودرجه علمي لا محدود له بعالي من  
 اضطراب قصور الانتباه. وقد كان كثير نسيان، قوضوها، متدفعاً، بالإضافة إلى  
 اضطراب متناهي حيث أنه كان يظن أنه في طريقه ليعمل كـ في  
 حياته فهو من هذا القبيل أنه لم يجد كلاً من هذه الأشياء المذكورة  
 في حياته. عندما كان في سن ١٥ عاماً، كان يبيع بعضه كثير من مرة  
 في ذلك الوقت، كان له بعض من هذه الأشياء. لقد كان يبيع SPECT لكي  
 أجريت له فحص الدم من أن هذا يفرط عمري إلا أن تناول المخدرات  
 جعله مندفعاً مع سيجارة في الخمسين من عمره. في هذا  
 الوقت، كانت عيونه روبرت هو، في هذه الحالة، بارزاً على الرغم من  
 أنه كان في سن ١٥ عاماً، كان يبيع من هذه الأشياء. لا شيء  
 هذه الأشياء. لقد كان يبيع من هذه الأشياء. لقد كان يبيع من هذه  
 الأشياء. لقد كان يبيع من هذه الأشياء. لقد كان يبيع من هذه



تأثير مخدرات على المخ

لاحتل شقوب أكيد في بحثه. تأملوا في هذا



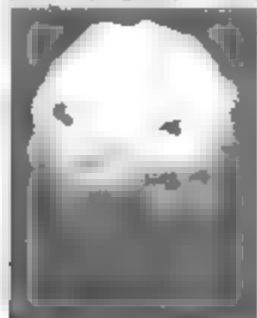






من ربيع خطيب بموا كيعيدنية، أخرى سامة وقد كنت علم انه لكي أساعد  
حيث شعبي ولا مبرحة صغرات مع سميته لا هو فيه بالإضافة إلى  
خداه بمرور مع علاج لأدوية وقد كتب له دعوي صبح يك مخدره، قد  
فصل من في هذا شهر كذا من مخدراتي لا بضرايح، وبعد ذلك وصفت له  
دعوى منقضة هو Addera، وهو حبيب من علاج لامعيايين التي يعررها  
جسمه منعه وعلى لا يورب، في أدوية سائرها مريض كذا وضعه له  
باعتب كذا كذا في مسرعة بالمشاهدة في كذا في من تبعه بمرور مع يومي  
من ١٢ حصو وبعد عدة من ملاحظة مني العلاج وسأؤونه بالمدبر  
به توافقه سطاخ حيف في بعد عدة من.

تأثير بشا لميلاد من مع حيف



مظهر سطحي ثلاثي الأبعاد من خمس لاسعة  
لاحظ تعدد الثقب في المشاط عبر سطح الخ

### صارك

ما قاله لبيع من لغير ٢١ عدم فكك حاليه محففة بعد عن  
حيث قيعر في عطى بكوكيين من سفير قار في يوف مع جعه يائي  
في باقي في عدم مضي بكوكيين شعوب محبس وأن مع  
حزين قد كتب دافعا من شعور حيف وعدم دلرجه وأنا وسط مجموعة من  
المدس ما من المدة الأولى في مدوب قيب بكوكيين فقد شعور بالثقة  
في قدره من بعد مع الآخرين من شعور بفتح واليونر ولكن كما تدوم  
حرف من بكوكيين سعرت حافة شعوب اني زيد في قع عنه كان  
من ينفق معظم دخله على الكوكايين. وكان والده يشا جارا معه لعدم











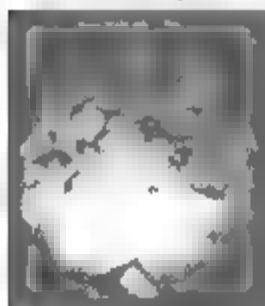
تأثير الكحول والسكر في عينا السميد بين منى وب



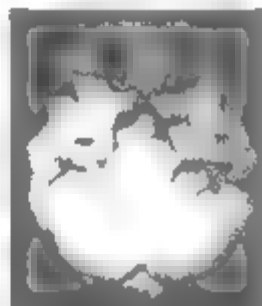
منظر سطحى ثلاثى الابعاد من عيني السميد  
لاحظ الثوب المشدود على سطح الخ  
و حوض الذي يبدو عليه انشاء الزعن



منظر سطحى ثلاثى الابعاد من عيني السميد  
لاحظ سطح الخواص بعد عدم الالتصاق  
من الخدرات



منظر سطحى ثلاثى الابعاد من عيني السميد  
لاحظ الثوب المشدود على سطح الخ  
و حوض الذي يبدو عليه انشاء الزعن



منظر سطحى ثلاثى الابعاد من عيني السميد  
لاحظ سطح الخواص بعد عدم الالتصاق  
من الخدرات

## كاري

ظل كاري سميد الكحول عشير عام من عمره اربع ١٨ عاماً  
وفد تحت ثلاث مرات وحصلت خمس مرات من مراح معالجه بدمان الكحول  
والثوب الكثير من الأثرية وكنت تشكو من شعور بالارهاق ولاكتئاب  
في الحسب ولم يك شعور برحة بول دون تشجول كما كانت تصبي من  
مسافر كبيره في التحكم في الذات وعمده كد بوصف لها بواء كان لطبيب  
يعطيه د كعيب يومين ثلاثه وانا لم يفعل تلك كانت تشدود بواء شهر  
حالا أيدم فليقة واشدهش احد لم يحاول فحص مخها لمعرفة ما إذا كان

به ما يسمى معاومة "كاريين" الشديد المعالج وكان طبيبه قد أرسله في إجراء  
 مسح على محبها بعد أن سمع حديث محترتي وقد وجدت صور مخ وجود  
 بحفاة عدة و بناء على سبب دون الكحول ولكن الانخفاض كان محفوظ  
 شكله حتى في هذا معتمه على جسمي وهو جزء منو. عن التحكم في  
 الاندفاع. وقد ذكرت "كاريين" في الاستشارة التي تقدم للمريض عند مجيئه  
 عيادة. لم تعرض أن صاب في ايرس ويكني أعرف أن العديد من  
 مدمني الكحول يفسرون خلال فترة نقده الوقت لذكره تعرضوا به من  
 قبل من اصاب في ايرس وحده طيب من طبها ن يتأكد مما د كتب في  
 السبب من قبل في ايرس م د. يوسف طه سبب ن سأل منه. ذكر ان  
 خصاله في رسمه و رسمه عند كانت في الساعة من عمرها، مما أفقد الوعي  
 له غرب من عشر ربيع سنة سى هذا وتبين إعطاء كاريين جوعه صغيرة من  
 منه بطي لاقر. بعد عنها على راحته في بدنها. وبشر هذه المبهات  
 معه على سير امت  $R_{12.17} SR$  مدحج بحسد ببطء ولا يصاحب شعور  
 به غير ذلك. بعد جرب و عدم رجاها كما صلب مر كاريين ن تكبر  
 نمو محبها. بصفتي على حاد حاد. حتى يراها هذا من طبها ن يطلع  
 من حساب

### تأثير الكحول وإصابة الرأس على مفر كاريين



مظهر مصابي ملائي لأبعد لجراء السيلي



مظهر مصابي ملائي لأبعد من لاداء  
 لاجل

لأحد اختور الماء. يحدث ياح سكر. مراحه. والانخفاض الواضح في نشاط قشرة  
 مقدمة المخ الجبهية (المهم)















مرهق قد يعدول بحسب يومه حتى لا يبين رعد امهق كان انحص  
شاط الغص الصدغي لديه واحد من لاجد صاب لأكثر حدة وكان يعاني من  
شراخ بعدام بهاجبه مما أدى إلى تسريحه من سراحه وهو في سرحه  
ب نزيه



مفقر سطحى ثلاثى لاجد من عسر لاجد

لاحد المعرب الكفيرة في السطح عسر عسر

### المستشفيات

والمستشفيات بعد من بين عام الحرة التي بوى . ومنها في محاطر  
كبيرة ودر منه مستشفيات بمرين سار اصحيح موفقت بدهات  
و ر الاستمر واعراء واداء مرد عالج طفا في ارامه من عمرة كور  
بما مستشفيات . ك احببني ما به كان ينزل المرائب ، ويوم شعاه البهين  
من حرة اعشب ويصح فعه لون فحه البهين ويحده نفس عمينا حتى  
بصاف اسكر من راجه واحببني ما به كان يمشو بوا عريده ، وكانت  
سباني مع نطق في ابيه به في حجرة الشعب حيث كان يبدو عليه الشاط  
سرع ويصف بحر في بحسه كان من نصف بحري بحر حاس فلام تصحيح  
ابيع سطا حدها ويصح اعم بالقرب من أنفه ، ثم يستشقي بعق ، وبعد ذلك  
" باسم بده مة عريشه وكذا يقول " به شعور رائع "

ويتم معالجه هذه المستشفيات في سح بشكر مبشر ومن الممكن ان تسبب  
تعا بلخ وارثين والكبد وهدد مستشفيات حطيرة معظم المستشفيات



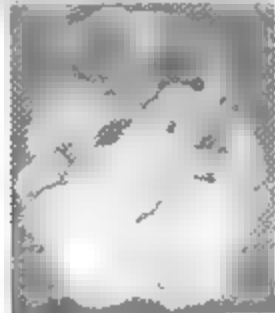




## ماذا يحدث عندما نضع عن جدول المختبرات؟

يسألني الكثيرون عما يحدث بين جد الإقلاع عن التدخين و  
 كحوليات ولكن هذا يعتمد على عدد من الأشياء عدم يمكن القول بأنه كلما  
 كانت مدة تناول هذه المواد زادت، كلما كانت مدة هذه المخدرات أكثر سلبية من  
 خبرتها. وهناك ثلاثة سلبية على نوعية مواد تدخين، لا حرقه أو وجوده في  
 مخزن، وهي من حيث نسبة نيكوتين، في بدنه، هو يزداد، وهكذا، فحجمه  
 يزداد من المخدرات جدول هذه المواد، فبالتالي، فمستوى تدخين، و  
 على مر السنين، فحجمه يزداد، فبالتالي، فمستوى تدخين، و  
 حرقه، فحجمه يزداد، فبالتالي، فمستوى تدخين، و  
 في الإقلاع عن هذه المواد، في فترة تدخين

مظهر سطحي ثلاثي الأبعاد للجزيء المثلثي



مظهر سطحي ثلاثي الأبعاد للجزيء المثلثي

لاحظ أن الجزيء، في هذا الشكل، هو جزيء في حالة تدخين، فحجمه يزداد، فبالتالي، فمستوى تدخين، و  
 في الإقلاع عن هذه المواد، في فترة تدخين

## شعار: أي مخ تريد؟

في هذا ٤٨، فحجمه يزداد، فبالتالي، فمستوى تدخين، و  
 "أي مخ تريد؟" وقد كان الهدف منه تصحيح مفهوم أن مخدرات ليست  
 حرقه، وقد حرقه، في وضع الملصق على خبثتي في استخدام مع مدمني  
 مخدرات، فحجمه يزداد، فبالتالي، فمستوى تدخين، و  
 طبيعي وصور المخ بعض الأشخاص المدمنين للسيورين، وباكواينين، وكحولات،



٥. يخبرني أحد في مدينة من هذه المدن أن ناساً لا يسكنون  
 مستخدم الخشب. وهو ما يبدو لي غريباً وحيداً.  
 ويوجد هذا الملقب الآن فيما يبعد عن مائة سحر. ومئات المدارس  
 ومستشفيات، ومراكز علاج الإدمان المسجون في أنحاء البلاد. وقد قامت محكمة  
 جديت في "كليف لاند" بسراء ٦٠٠ ملصق لإعطائها للأشخاص الذين لزم  
 محاسنهم. وقد يسر حكومتهم بدليل حاجتنا من قبل الناس بالأمم  
 حقيقة الإدمان.

٦. يبدو أن مجموعات من هذه المجموعات من ٨ ٧ ٩ ٥ ٧ ٧

أو أرسل لي خطاباً على العنوان التالي

350 Chadbourne Road Fairfield CA 94585

www.amend.nc.com





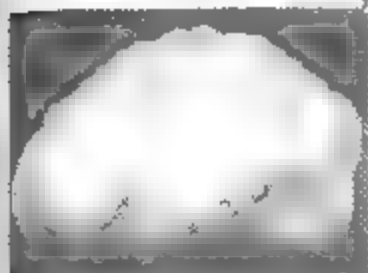








بذلك قرر أن يحرم شيئاً آخر هي: حجب النساء لطلب القسي وعلم  
جاءت رسمي موقع



مساحة جدران ثلاثي الأبعاد للخطوط المثلثية

مسند احمد ۴ ج ۱ ص ۱۸۷

عن أبي عبد الله عليه السلام

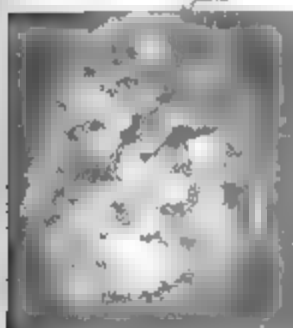
المعلم بطانة الحجاب الحبر لا يؤمن بالشيء من شيء



مصدقہ محمد بن علی شمس الامجدی

وہی قیام ہے جس میں ہر شخص کو اپنے حق سے محروم کر دیا گیا ہے۔

بمختلفات وأجبح في المقصد المسمى الألبس



بمطابق ملاحظات الامم المتحدة لفضائل الجيرة المتكاملة

لاحتك الوعاء بالوعاء في النقص المصنوع الأيمن

امامیہ (۱۸۴۸ء)



عبدالله بن محمد بن عبد الله بن عبد الرحمن

الحمد لله رب العالمين

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

طريقه در صورتی که بهای خرید از بهای فروش کمتر باشد، بهای خرید را از بهای فروش کم می‌کنیم و بهای فروش را بهای تمام شده می‌دانیم.

عنى، جرة دراسة SPECT من ا حد و حد- بدم بدى حيف

[illegible]

مسند حضرت علیؓ علیہ السلام ج ۱ صفحہ ۱۱۱

<sup>a</sup> The number of subjects who were included in the study.

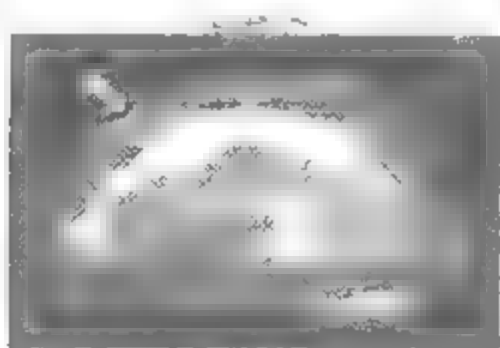


أحد الأساليب الأساسية لمشكلة "رسمي" من ناحية أخرى كانت وسيلة علاج من خلال استخداماتها لعلاج حالة الرقص والإنكار لديه، فصورة وحدة تعديل من نص وعقد في رسمها في من معيوبة من خلال تصور رسمي من بحار جنوب بحريه بحر لا فناء في محبته وقد جعلني هذا نساءل من ذلك بعدة تفسير من لأشكال من رسمهم يشاكل رسم حادة لا يستجيب لعلاج ويقتصر هذا مع جهة تكسب معادله نفس رئيسي في هذا مشاكل. في حين نظر لهم سرمد ومحبته تم لهم شكل جديد (أ) وعلى يوم يغاد من ميقات حديده وقد يكون لحب قليل سيخترع مع مع رسمي

١ مشاكل انحصار تطوئي مع مشاكل سرمد صمدية لغز انحصار ولغز الصدى من متكرر رسمي لا يمكن حدة، ونحن لمواقف أسس تطوئي على عدوايته براد صراوة

رسم من ذلك حصر شواقي في رسم من بحرين الأبنه ومن دولة المعرفه من رسمها في صفاة من حصر من حصر لطيفي في هذا قد بحري محصر حصر بعد آخر كذا في كذا في كذا

### جوري



منظر جانبي ثلاثي الأبعاد لنشاط المتح

نحت - بدء الملاحظة في نشاط الجواز الطوقي (المسهم)























فما عتدنا بريد مشد حبه بطرق من جدد صبيعي ورهد بريد من  
 حبه اشخص ونفقه وبعد من لآخرين ويخضعه زكري كثر على جويوب  
 اسبيه لدى الآخرين ويصر به ليد من حله من خلال نصرات سوداء ولا  
 يرى إلا العيوب، وعنده يمس في غيره وحسن في جهر بطرق يقس من دين  
 الشخص يفزع، رجعه يسر من مشد جنسي نظر لاعداء لرعدة لدية.  
 وقد يحكم ما ما يركز على عكريب سببه ويحد صعوبة في تذكر و  
 بعد سببه بحديه وسنية هؤلاء لاشخاص، مثلهم تريد من بعد سببه  
 عنهم

حمل تسمع العلاقات بحمه عن حهر صرافي سليم  
 لديها الكثير من الذكريات المحبة  
 بعد تدعو أصدقائنا  
 "بني أقبل عتدا - واعلم أنت لم تكن في حالة مراجعة جيدة"  
 بها بلقي وقتئذ  
 "أشعر برغبة ما هو تمارس الحب"

حمل تضرر العلاقات بحمة عن حشر في الجهر الطرقي  
 "لا تنظر إلي بهذا الشكل"  
 "لا أذكر إلا اللحظات القليلة"  
 "بني مرهق للغاية"  
 عني وحدي، لا أجد لدي رغبة في فعل شيء  
 "ذهب بك لنداء ولا نسبة في حوز  
 "أحبك كل اسم سببه"  
 "لا تسمع سببه لم تعد حرج مشغري"  
 "لا شعر برغبة في فعل شيء"  
 ما يفوه الزوج أو الزوجة أحدهما عن الآخر، إذا كان أحدهما يعاني من  
 مشاكل في الجهر الطرقي  
 "بني سنية"





يتعلق بالإحباط، وبعد ذلك حلت بها مصدر الكتاب (blat) وWellbutrin وجميع بروجن علاج ايريجي وبعد شهرين من سارة شعر بخمس حيث أصبح شعر عريه من لطفه وشركه سيات أكثر جفده. وفوق ذلك زدت رغبتا و اجس وأصبح تقبل لـ "جوي" من لاحتها الجنسية

### تأثير العقد القاعدية على العلاقات

عندما نعلم العديد من حقيقة كيف ينبغي يشعر استراتيجيا و سريحا و تكبر منعدلا و تعود بخديه نحو لمسها و شى منام يديه لا يشعر بهد من لاحتها جنسية بهوفه شرم عنه جنسية و شحشحش في لينة سدد قاعدية سليمة يشعر باسترحا ويريد من حس امره يديه كد يريد من رغبه و حاجته جنسية في ما يسهل مع خرافة بشكر لها

و حينما يريد شاط هذه عقد على المستوى الطبيعي و دمج شحشش شعر بالسر و لهبع و شحوف و اسوي و يعمل إلى على حداث لمسها بسنية و لاشب في لا يسير على ما يرى له شرا حوله من صظور بحوف و قف بشعر اشب بصلح انخير و نثره بخص بحده يشعر بصداء و الام لظهر في غير ذلك من شكوى و بعد حيدمه باجنس فيلا بسبب مضمرة قويز على الحس و عمل في لينة طفه عاطفيه و يدية كلفه لكي شعر برعبه و حاجته جنسية و دمج بحسب في شاط حسي و بعد دكرية عنل هه بشحش سياتلح و حود و دما و جلد و دما عنه يسبب حوقه لدم

### عبارات تقوي العلاقات

وتكون راجمة عن عقد قاعدية سليمة

"علم أن الأمور ستسير على ما يرام"

"بصريح في مشكل يظهر و مع امشاكل تتوهم

تدبنا أشعر باسترحا و دما

"دائماً ما أشعر بهدوء في المواقف الجميدة"

### عبارات تضر بالعلاقات

وتكون سجمة عن مشاكل في العقد العرقية

سبحان هذا الأمر في إحدى

سعر يحد شديداً

سبحان

سبحان هذا الأمر لصريح بالأسفل وحسن حبها

وإن سبغ بفسوس وسعر يحد شديداً في هذا

لا يمكنني ما هو أحب سبي أشعر بصراع لم في الصدر، وفي

ظهر، أو في العضلات. (إلخ)

عبارات للروح أو الروحة عن الآخر عمن يعاني حذرها من  
مشاكل في العقد القاعدية

سبحان

"إنه عصبي"

"إنه متوترة"

"إنه يهتم كثيراً بآراء الآخرين"

"أدباً ما يتوقع أسوأ النتائج"

أعني بشكر دائماً من شعور بالأم الصدر واللام في العدة

"لا يتعامل مع الصراع بشكل فعال"

"لا يتعامل مع المشاكل بشكل مباشر"

### ريان وريتمسي

كان ريان عصيباً ومباشراً ودائماً ما كان يتوقع انتشال. وكان حقاً

وكثيراً ما مرض (الكثير من شكوك من صراع وآلام تظهر وتوترات عضلات)

وحير ذلك روحهما فانه سمع لخمسة عشر وفي يديه روح كالم

ديسمي به ديسمي بالأمه وحقق من حدة مخاوفه وسببها وكنت أحب

اشعر بحاجه ريان. هذا يذكر بمرور لأعوام بنمت "بيتمسي" من شكوى



عصر جبهي منكه يوبصر في مكته ويعد عن شاعره وتجده لا يحب  
نصرع، ولا لتوتر. ولا الاضطراب

ما سببا يخصص نشاطه في جرحه عن بعد لطبيعي في انه يجعل  
من شخص ميلا للاندفاع فيد بعور به يصر علاقته كل بقول شيء حرجه  
بوجود تفكير مسبق. ومثله هو الحصر يمثل سير لحظه ولا يستطيع تأخير  
رغبته يريد هذا الامر الان كما انه لا يعلم من احتطائه ويكرهه ويحد صعوبة  
الاحسان ويكسر سريعا اسباب كذا يجد صعوبة في التعبير عن رغبته  
ويستمر. ربما ما يتكلم سريعه من عدم لاساءه واندرج في العلاقة.  
وحده ما يتكلم من ضعف على مثل هو مشحور. يستمر في مكانه فجده  
متمسكا بالاحقاد او هو يجد تذبذباته خاصة من نسوءا وبرويع  
ومما انفسه. انما في انه يحرق من مع يخصص من ضعف على شخص  
الاستعداد في سبب وان عدم شاعره واستمره ونفاهة يسوءه ويرى ثمة  
مشاكل. ثمة بالاحظ ان لديه ميلا لا شعوريا لاثبات انفسه وانفسه من لا  
شيء ان سعيه على تلبية ثمة يخلق مشكلة كما يميل هو شخص  
او لثمة وانفسه في مصافف عذبة لاثبات ثمة في نجاح و خافه روجه  
مثل لتورد بمرمة او بعد باستخدام حسن مظهري والاحول في مشجرة  
مع غرباء

عبارات تفوي العلاقة بين الزوجين راحة عن سلامة فترة مقفلة  
الفصل الجبهي

"بسمه باسمه ابي رغب بعد ثمة للثمة

في احب والآخر بسلامة وحبوب معي

احب لاسماعيك

"سأصبر في موعدي معك"

"ما يعمل هذه الأشياء حتى يمتلي ما ان نفسي وقد طول مع بعض"

"بني لا أؤعب في الشجار منذ خذ فترة راحة، ثم تعود بعد عشر دقائق

لنحس هذه المشكلة"

عبارات تصعب العلاقة بين الزوجين بحمة عن مشكل في فترة  
مفعمة نفس الجبهي

بني م باخر سوى نصف ساعة د - كتر حد بعصب

د كتب مريد مريد في حديقته حبيب د مريد

بعضه د لا حد

"أجد صعوبة في الاستماع إليك"

عيا حمة د مكسي لخصت ديد د د شاهد للتعويض وافر د

لكتب

"لا يمكنني أن أغير عن نفسي"

د احد ما فون حبيب حارة - مغير عن نفسي

"فقد ما حدث السدير حرج في حرج و حرج بعينه"

بغ

"لا يمكنني أن أستقر بمكن"

هذه بضعة تزعجني

"أشعر بتشتت انتباه كبير في الإنصات أو القيام بنشاط جنسي أو

سحب الخ"

ريد جذبة الآن

"أريد هذا الآن"

بني عاصف حد من نفسي فيقد كرت حد لحظاً مريد عديدة

عبارات يقولها الزوج أو الزوجة عن الآخر إن كان أحدهما  
يعاني من مشكل في فترة مفعمة النفس الجبهي

"إنه مدفع"

بها تتسرع في كلامها وتقاطع الآخرين

"به لا يهتم بي"

"بها لا تدعني بمهي كلامي فهي مغرب ل حبيب ل مغرب في شي"

يظهر عني ذهبها قبل أن تتساءل

به يقرب مروحة تعبر طرل نفس وهو دة وهذا ما يعيصي جد



رواحيه بسوء - فما جعر من افساد عني "بيدا" - شق به كره  
جعر بسوء ما جعر بالبحر و عصب

وم يكن يسوزي اسي شد في - ري يعاني من قصور في الاشده  
فائده طمولته ومن هفته كان لا يسفر في مكر وكى بسوء وكثير الحركه  
عيب مستظم وفيه يعلى بدورته كان بحر - دور بسوى و استطاع بانكاد  
بسوى - بسوء بدورته سجاج عني بسوء من ذكاه الوصف ما بالنسبة الى  
بيد " فقد كان تسعد لعيش في - بسوء معصه عسانا بسوء من قصور لاسبه  
قد لا يعبر من شخصيه وبعد ر كات سعيده وهادئه صيحت بشعر  
والكتاب وعرله وعضد - بكر - من حدود - ه تغير وقد رصص  
Addera وهو - بسوء له حله من لعل سى لاندع وعني  
- خور كثر تركيزه ككده و اعين له شخصه الروح سى لاسرار في  
- بسوء - بسوء مع بسوءه يعمل على شخصه من جروح ادصي كده  
فمن بسوءه خطين لكده من بسوءه بحرفه بسوءه داساكده من بسوءه  
- بسوء - بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه (فكثير من شجرتهم  
كده بسوءه بسوءه كده بسوءه بسوءه عني بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه)  
هو بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه في رصصه البهز الطوقي وادله لاهده  
بحر - بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه  
وحيه و بسوءه كده بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه

### تأثير الحجاز الطوقي على العلاقة بين الزوجين

عنده يعمل من الحجاز بسوءه - بسوءه بسوءه - بسوءه بسوءه  
بسوءه و بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه  
في صعب - بسوءه كده بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه  
كده بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه  
بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه  
بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه  
بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه  
بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه بسوءه

هـ عندما يكون هذا حس في هذا الجزء، ويكرر نشاطه رشحاً فهو هذا  
 يجبر عينا ميلاً للأفكار حول فكرة معينة ويستفيد بها مرة وتكرر كما  
 يجعل هذا الخبر لا يحد ويحتمل الخروج عاتبي ولا يعود عن احطه  
 لا حريه وبشخصه الذي يحاسب من مشكل في هذا الجزء لا يمنع بأسرته  
 ويحدد ذلك يريد لآباء ر يحدث كذا ينتهيها ويعصب كثير دا حدث  
 خلاف ذلك كذا به يجد صعوبة في مدخل مع صغير، ويحدد كثير لحدود  
 والاعتراض

عبارات تدعم العلاقة بين الزوجين ناجمة عن جهاز طوقي سليم  
 "حسناً لا بأس"

"أستطيع التكيف مع هذا الموقف"

"كيف تريد أن تفعل هذا"

أزعم هذا

سأفعل هذا

"هذا يريد أن يفعل"

"نقد كان هذا في الماضي"

عبارات تصعب العلاقة بين الزوجين ناجمة عن مشاكل في  
 الجهاز الطوقي

"لقد جرحمت مشاعري منذ سنين"

"لن أسامحك"

"لو يتكرر ما حدث"

"دائماً ما أشعر بقلق"

"دائماً ما أركز على هذه الأفكار السلبية"

"فعل ما تريد"

"لا يمكنني أن أغير"

"هـ حطوب"

لا يعق معك



٧ ٦ ٥

و فعز هذا

لا تعجبي سيب، كميد هيد

لا كره حد كم ذر هيد

تن بتعير هذا سد

عبارات يفويها الروح او سروحه سعصهما البعض ان كان  
احدهما يعدي مر متكر في الجهر الطوقي

"لا يعمر أبداً أو ينسى"

"نبا تذكر بشاكل حدثت منذ سنوات"

"كل شي، ينجلي ان يكون كد يريد"

"لا يعتد أبدا"

"يحتفظ بأحقاره للأبد"

و سمر سد

إمه غير مر"

م يد اشي ر حه كم ر بعمره سد

سدي سعدة و شي، عبي ر فعز كل شي، كم يريد و لا

عصبت غضب شديد"

"انه يعرض كل ما أقوله"

"سمر ان لا عترض"

لا يحب جبة سد

رؤر لاري

عبر برعه من سمر روح ١٠٠٠ سنة ٢٢٠٠ ما الا بهما عات  
و تعديه عدد ٢٩ عاماً من هذه العدا وقد كتب سمر مستشار روجي بجا  
بيه وكان لاري قد سمعني وأدب في سمر في سيبسكه و إحدى  
عوسرات المحبة عن الأطفال الذين سمر ووجد الكحول وقد قاد بي به حين  
سمعتي تحدثت عن امشاكل الوقتيه بسبعين الضوقي أحسن أنني أنكم عن





لما عديم يكون هناك حلل في هذه الجز فإن هذا يؤدي إلى مشاكل في  
الذكور، ويضر بحسن الهوية والتاريخ الشخصي ويعود إلى التقلب المعاصر، كما  
في هذا لخلق يجعلنا سريع الغضب، ويجعلنا نفكر بشكل عديم، ونعبر عن  
إحباطنا بكلام عدواني، ونظر إلى الأمور بشكل خاطئ، كما يخلق لدينا نزعة  
شبه بنكيه، ويمكن أن يؤدي هذا إلى حدوث حالة من نقيض ولا يقال ويمكن  
أي مساءة فهم ما يقوله الآخرون.

عبارات تعوي للعلاقة بين شروحين خاصة عن سلامة الفصل  
الصدغي

"تذكر ما ظننته معي"

"أتذكر جيداً تاريخ علاقتنا"

نور "شعر بالاستقرار والهدوء"

معتني جداً بالمرءة بعد كل مشادة

حسني، أريد سوية من كل شخص يشعر بمسؤولية و

الحرر، أو الغضب، أو المن"

"يمكسي أن اتحكم في انفعالاتي"

"أذكرني جيدة"

عبارات تصير للعلاقة بين شروحين خاصة عن مشاكل في الفصل  
الصدغي

"بشي أعني من مشاكل في الذاكرة"

لا انظر بلامه بصورة سيئة، أريد في تقديره

بشي سريع الغضب وأعاني من حالة مزاجية سيئة"

بشي سريع الغضب من جديد، صبية"

كثير من يبدو مذهني فكل بحبيبه وخيمه

جد سعيدة في البر"

حبيب ما سري، فهدى يفر لا حور

نور حسنة عذرة جد، حبيب، شعر بهد يتحدثون شبي

خدي ما سري، فهدى يفر، جد، حبيب







## وصفات الجهر الطرفي نحسين العلاقة بين الزوجين (ذاتية)

١- انصبي وقت معا فلاتسا بر لاء مع بحر العلاقات بنويه وسلك  
سبب - تنصي وقت مع زوج - و زوجة فكيف قل جماعكم ببعضكم  
صفت لربطه بهنكم

٢- سطر مزيج حميد - حتر برحه بي بحبو زوجك ورجع واستعطر  
بنا و جها بطري هو مسود سطر مبشر عن معاجه حاسه بشم ويمش  
- يكون به تاثير ملهي أو ايجابي على علاقتك

٣- مر على سمريات الابحاثيه ركز على لاف لذي قصيدتها فيها قصود  
سمريه فاجهر بطري يعوق حشرين اكبره - سحنه سطيه كبيره  
وعند ركز على سمريه - لاف لذي سحنه ن بريد مر بعدت عو  
- حركه ورجع - انه سحنه ركز على ايجابيات لاف لذي مر شانه ن بريد  
لا لاف بهنكم

٤- سطر على صحنه لاجر و لاف لذي سحنه زده نكل ورجع  
سحنه - سحنه بعد لاجر و لاف - حتمسي و غير احتمسي ببعض دور  
سحنه لاف لذي لاجر و لاف لذي سحنه لاجر - سحنه لاجر  
لظري وصفت الحاله المزجه

٥- نحسين مر و لاف - سحنه اسدييه لاف لذي سحنه لاف لذي سحنه  
- سحنه لاف - سحنه لاف و لاف سحنه ركز في سحنه - سحنه سحنه  
سحنه لاف - سحنه لاف لذي سحنه لاف لذي سحنه لاف لذي سحنه  
سحنه لاف لذي سحنه لاف لذي سحنه لاف لذي سحنه لاف لذي سحنه  
(بروجم)

## وصفات الجهر الطرفي نحسين علاقتك (الطرف الاخر)

١- سحنه لاف (زوجك) تمرل مقسما على الرعم مر لاف لذي سحنه  
مر طبيعي لاف لذي لاف لذي لاف لذي لاف لذي لاف لذي لاف لذي لاف  
سحنه لاف لذي لاف لذي لاف لذي لاف لذي لاف لذي لاف لذي لاف

٢- سحنه لاف لذي لاف لذي لاف لذي لاف لذي لاف لذي لاف لذي لاف  
أن تقبل كثير من حجم اقل - والخوف الذي بنعه من يعاني من لوحد



٢ - في بعض درجات رجب، قد يصاب به بعض الناس بأحد الأمرين بشك  
 شخصي لا فني، إما ما يصاحبه مشاكل جنسية، فمن على مساعدة  
 طبية، في أغلب على هذه المشاكل

١ - ساعد رجب في أمور مرتبطة برببه لأطباء أو غير ذلك، في مشاكل  
 جبر لطيف غالب ما يصاحبها بعض من زيادة وضع تركيز وربما شعور  
 به بعض الضغط والحد من بعض هذه الأمور، من الإبداع من لا يفهم حقيقة  
 رجب، فما يصحبه بعض من طرق أخرى يريد أن يوسع من فاعله الآخر  
 بحد من بعض إلى التمتع والحب والدعم لا إلى النقد

٢ - حزن على صحتهم، حبس في حبس، والعكس ممكن  
 رجب طارئ على حياة بعضه، فبعض من رجب بطول سنة ما يكون شانه  
 بعلاج بشكل كبير

هذه بعض الأمور، من بعض مكنة يحمل بشيء بسيط حرم  
 على تجديد طاقته

و صواب العمل عليه بحسن العلاقة بين الروحانيين (آتية)

١ - بعض من هذا السبب سببه بدمه من تقوى بامتناع  
 في بعض الناس، وهو غير سعيدة في ما يولي في بكر  
 في قلبه، فيمكن أن يصبح في بعض العلاقات، وذلك عليه لا تصدق كل  
 فكرة نظرية هي ذهنية

٢ - في بعض الأحيان، بعض من ينظر بحاي هو طريق السعادة  
 فبعض يعمل على تحقيق ما يراه، في شخص الذي يعاني من مشاكل في العمل  
 فسادية يكون لديه ميل طبيعي لتوفيق الأمور، فبعض من ساعد على حدوثه بسبب  
 رغبة، وعينك أن تقاوم هذا المول، وعندما تنسب إليه يحدث في  
 في قلبه، فبعض من هذا من جنسية حدوثه، في بعض الأحيان

٣ - بعض من هذا السبب، في بعض الأحيان، في بعض الأحيان، في بعض الأحيان  
 ما يستعمل نفس الشيء، في بعض الأحيان، في بعض الأحيان، في بعض الأحيان  
 ينضم بالقلبي أو البونو، فخذ نفساً سعيداً، وكنهه مدة ثلاث ثوانٍ، ثم أخرجه ببطء  
 شديد، بحيث يستمر في ذلك، وبعد أربعة دقائق من هذا النوع

















٦ آخر يعرف هذا وحاشه ن ك م ب يحدث معه مصوب ناعه بركة برهه  
 مصب له جيب غده ن بعض مصمم لا يستخدم اي نواذ مخدرة بانثرب منه  
 فكلف ماويك هذه المور ر ب حصدية تناول لطرف الآخر بها نجد بعد  
 ن ب أن الأمور قد خرجت من حده سيطرة

### ٣ وقول الأطعمة التي تحتوي على البروتين

١ مصطب احرف لآخر مصطب ن وحدت ان مشكرك لآخر لحدشي  
 معوز حياه انصبعية فبدا مشكرك يمكن حذ غلاجه  
 استخدم هذه لوصف لثوبه مص حب و حبانف فاحب يجعل  
 بحياه جذيرة بالمعيش ليه



و العلاقات ويكن مع هؤلاء لدى الذين يعانون من الاكتئاب

سنة صعب مطرد ذو الأشخاص الذين لا يهتفون منه

• وينتقل بسبب الشعور بالتوتر، والعصبية، ويترسخ لديهم

وسلبية وليس له في تحد، تصرفات، وعادة ما ينظر لأصناف

أحد في ثقافة سنن و عاصمة ماريه على أنها شكري

و ينبغي د يهتمون مع حجم صماء بكل حال

• هو له حجة أو غير في موقف في تركيز يمكن، يؤيد إلى

عدم التفكير لا سدا بارزة أو مثل تجدي و لا عرشي

وي صعب لأحد كما يؤيد في الصعاب الأمر على

حالات وخطب يحدد من دور بحيرة من الصيرون هنا

### لإعادة بناء القدرة على إقامة العلاقات

• يذكر فرد مناهة نفس الجسمي مثل الصعاب قصير

الانسان شغل ما يؤيد في تغيير العلاقات بسبب في تؤيد له

من رفاق و سرعة في نفس الانهيار وعنده انقلب على

السفر في مكان و من هم سحيق، في مساعدة طبية يؤيد

هذه في مشاكل أسرية صحته في مشاكل و العلاقات

• مشاكل بعد نفسي قد ضايقه يؤيد نصف مساهمة

و حروب مرجحة وسمع بكلام شكل عاطفي و صعب القدرة

عني تحذر لأحد في صفي وقد رايه هذه مشاكل تدبر

### علاقات قوية

والأب لا من علاج مشاكل مع حتى يعود العلاقات لسابق عهده

كما يشار عمل يصع بمشاكل حيرة له لأساسيه ذاتي لا يكون

وصحة في جانب فرد كتب نفسي ب و مر حجب من هذه المشاكل وتشر

سببها بها فعبث ب حسب مساعدة من ذوي الحيرة وبتخصصين، ويعملها

هذه مشاكل يمكن أن تغير تماماً من جو العمل.

• لاكتئاب يمكن أن يجعل الشخص أقدم، عنه سبباً غير قادر

على التركيز و بهما في يشعر بواقعية ويحدد الأمور بشكل

شخصي غريب أو بعبارة أخرى صورة خاطئة ونفس هذا الشخص  
يفكر - يؤثر سلباً على روح معنوية بالآخرين وكذلك يمكنه  
دون قصد تغيير من يتولاهم بفعل بحيث يرون الأشياء  
لايحاط بمظهر عيني ، مشاهد الكتب يريد فترات مرضه  
غير مبررة

• غالب ما يؤثر على الشعور بالتوتر - والمعرض اليدي ، والرغبة  
في محبة - إن التلق يجعل الشخص حالة على غيره ،  
مما يحمله إلى حالة سلبية - وشعورياً سلباً يمكنه على  
الآخرين ويحتمل توقعات أو مشايخ واستحضر لهذا يؤثر  
مشاكل سلبية على ترويعهم ويحتمل نظريتهم كثيراً من الخوف  
منها للأمن

• دورها حاسم ، وأكثر منه يؤثر في إعطاء أفكار لا تنم  
سواءً وبحملات صحف لغير أو موظف يعمل للغير  
والاعتدال ويحدد وحدهم الأفراد وعدم التماثل بعد  
بسبب مشاكل طويلة الذي في العمل

• مشاكل مقدمة العمل الحميمي مثل اضطراب تصور دسيسة تؤدي  
و حدوث عدة مشاكل في مكان العمل بعد في ذلك اسأخر مرض  
وعدم كفاءة وعدم احترام مؤيديه لسيادته والقرارات  
القسرية ، والسعي نحو الصراع

• مشاكل نفسية صدمية غالب ما يكون لها تأثير على العمل وأما  
مما في الاعتماد - بل بعضه يعيق الذي يحدث في أماكن العمل  
يرتبط بصحة في نفس صدمية وسلباً في مظهر مشاكل  
عصر صدمية في العمل على شكل تحركات مرجية أو  
سلوكيات غير متوقعة و حدوث في القدرة على تحمل  
الكتاب - إن غير و سوء فهم لأشياء ومشاكل في سمع ،  
و مذكور وعضب وسر لغيره وجنوب الابواب البسيط  
كل هذا يمكن ان يكون له أثر مدمر على فريق العمل



رحلي : الكتاب ، يعني شي شعور و ما يعني وجود  
 خمس عشرة وهو حد كثر ايثر - قتي تدر يدر  
 بحر - ولا سحر ولا كذب يتا شرب و يؤثر سيد عني  
 لجه ساعي ت يجعل شخص كثر غرضه مرض

- لبحر و منع ل . يصحبهما الغي و غلب كسبحه مشاكل في  
 بعد عادية يحد . بسبب ما تزيد و عرف كثير من  
 مرضي من هذه يمرض من نزلت فيه شعور لا سحر فلا في  
 عرب من حذره و سحر و يرضع حق بين يدي و زيادة في  
 حجابيه لاصاحه بالبراس يوم الكثير من الأشخاص يدين  
 يمرض من غير علاج سحر من حله نازب انكحوا أو  
 الحمد - و ما تدر ل كل و غير ذلك من سو كوت لني  
 تؤدي إلى الإدمان

- ان سحر سحر عني بعض مشاكل يعسب في الكثير و قتي داسهر ،  
 و ما سحر سحر و سحر و سحر و سحر من خلال سحر  
 انكحوا و سحر - و ما سحر و سحر و سحر و سحر  
 هذه من حد حد و ما سحر و سحر و سحر و سحر  
 قدر و سحر و سحر و سحر و سحر و سحر و سحر  
 رهبة

- انكحوا من سحر و سحر و سحر و سحر و سحر و سحر  
 حبيبي من سحر و سحر و سحر و سحر و سحر و سحر  
 حبيبي كبر بعد انكحوا و سحر و سحر و سحر و سحر  
 ل سحر و سحر و سحر و سحر و سحر و سحر  
 الدتي ، وبالتالي يشعرون بالترشح دائم ، واضغط المصاحب لهذه  
 مشاكل كثير ما يمرض يمرض لاصحه و مرض

- سحر و سحر و سحر و سحر و سحر و سحر  
 و سحر و سحر و سحر و سحر و سحر و سحر  
 و سحر و سحر و سحر و سحر و سحر و سحر



غالب منهم كانوا يبدون نوبة واحدة ويختصمون بعلاج نفسي قصير المدى  
يعاني من مشاكل نفسية في مرحلة ما من حياته وكثير مرة جرى الشخص  
بالحرج هو من يصاب بمسألة ولا أحد شارب نفس اسراسة سانية او  
٢٩ من الامريكيين يعانون من مرضين نفسيين مختلفين، وأن ١٧٪ يعانون من  
٣٠ ثلاثة أو فوف من خلال خبرتي به قد سجد شخص بعدد من هذه  
الأمراض من أحد صعب التشخيص على جزء الأبحاث هو يجد مجموعة  
تحكم طبيعية

ومعصود يعني من مشقة أو شغل من مشاكل جهرة الخ ولكن هذه  
مشاكل الحياة من يكون بيضا بحيث لا تعرض صريف كثير، وحيانا ما  
حوار مشاكل حادة بحيث يمثل سلة كبيرة في حياتهم قد حدث هذا  
لعميل من طب ساسه نظيره وبارد من تكبير من مشاكل لي أقوم  
بعلاجه منسك طيبة بها أن نفسه وحدها كثيرة واعتقد هذا  
مستند منسك دقيق (يخيل من شعور نفسي بالبحر من حالهم

ومن غير أناس لي أفهم بها عرضي بطلب مساعدة من أقوم لهم من  
شأنه وقته هو أن علاج مشاكل الخ بحيث يعود سليما لأنه لم يعمد الخ  
مشكلة فلا يمكن لهذا أن يتمم التكامل في حياته ما إذا كان الخ يؤدي  
وتدعه كذا يعني فيمكنه بعد أن يعيش حياته دون مشاكل وتعدده عرض  
عنى نفسي من من سب SPECT أسس جريب عسى الخ لاوضح لهم  
نقوى بين حدة الخ قبل نمو لاسوية وبعد وقبر بعلاج نفسي وبعد  
وقت حبيب نفس بين صور الخ موجود في هذا كتاب وبرى صور الخ يعني  
من صعب في النشاط صورة الخ نفسي والى سحرة الخ طبيعى الصحى

### ماذا فعل عندما ينكر شخص حاجته للمساعدة

من الامور التي تدعو للأسف واحدة من هي سحق بالمر من جزء  
وصفه من مريض نفسي تمنع من طلب المساعدة فكل من لا يحب أن ينظر  
ليه لأخرون على أنه مجنون أو مجنون عميق وذلك لا يجب لشخص  
صعب مساعدة لا حبيب لا يستطيع هو من يحب نحن آثاره منصر  
(في المعنى والعلاقات وحياته نفسها)



### حيزي وحيي

مع بداية ظهور مشاكل ابروجيه بين حييرى و"حيي" في بداية  
حييها كنت "حيي" ترعب في صبب مساعده وكن "حييرى" رفض قتلا به  
٦ يريد ان يكتف مشاكله انه اعرب ووم يوفق حييرى على الذهاب لطبيب  
نسي ٦ بعد ر قدته حيي بالانصر في جديده كان حييرى قد وضع غده  
سباب بعدم الذهاب لطبيب نفسي انه يكر يري ر مشاكلها مستعجي  
ر ر هذ الامر مكث جدا وكن يعتقد ان كن الاطباء اسفير يعاون من  
نروح شفيعه ووم يكن يحب ان يشافه حذ راجون ر قلم برهابه لطبيب  
نسي

ووم يدعو بالاس ر مرفق حيي سامع بين رجات وانعبد من  
الخاص حيي ر حييها مسكر ر صحه بعض ررواح و الاطباء او حني  
سهم بعض عرق سها ومكرويه اعلم حني وسيل ان لرفض يسمعه  
ما طيب ساعده الا بعد ان يقدم نص واصرر يسميه ابر حية حييرى  
ان هو مهدد حيي بالانصر واه لم يذهب لطبيب وهدد غصير اخر في  
حياه حييرى وهو صامه باصصر ر قصر لاسد فهدد كن طفل رعم على  
رهاب لطبيب نفسي لعلاج مشكله حكيه في لدرج وف كره "حييرى"  
اشعر ربه محبذ عن غيره من لاطباء وخصب ربه لآباء احمره عني  
لحدث مع طبيب وقد يمور بعض بني متحير بسا ووم بعض ابرحال  
ر مشاكل ر ر يشعر بها اسه بفرد طريه وكمي اقرب من خلال  
حييرى ان لاصهت مشكل عام مشعر مشاكل الاعطاف فبر لآباء ووم  
بروجت يذهب بعلاج نفسي كثر من ابرواح قد هي لاسباب الاجتماعيه  
سج جعر ارجي بعض لصرر عن مشكل ر صحه ويكرها حتى نموه  
مكبية علاجها بشكل فعال او ر ر يهدد بصره واسبب هذ قد ترجع ان  
سوم تربية الاولاد الذكور وبقوت جميع من راجر وكثره اشعر ررجل  
في حياته ابيويه

والاولاد عان ما يعاون رر بعضه نشاطا ركريصات وعب  
حذر ولعب عيربو ووم ونصير فيب رثرة حوا ولاصص وهدد

لا بد من تدريب على سيطرة واستعداد فور وجرعة بالإضافة إلى قلة  
 الانتصاب والتعامل مع الآخرين وذلك يترتب على استخدام المواد والمهارة  
 في حل مشكلته. أما الهيت فتمارس في ألعاب أندية تحتوي على قدر كبير من  
 التحيز وإقامة العلاقات مع الآخرين وذلك مثل لعب باليد وحكيمة  
 النصوص الفرجانية تتبدد كانت طفلة كانت نصف عمر لها تقوم بدوريس بها  
 بالانحياز مع أحد طرفيها في لعب معه كرة قدم أو كريكيت بدلاً من أن  
 يعاشيه ويتحدث معه

وعندما يكبر أوجد وبجانب راحة يضل محافظ سعودي مدافعة وأنه لا بد  
 من أن يتحلى أن يكون فصل من الآخرين في شرف مشكلته أصبح قل من  
 يبره من أرحامهم بعد بؤس رجل طيب لمساعدة حتى أصبح مشكلته وصحة  
 جميعهم وهذا حال شعورهم بمسئولية كونه عم يبحث لأسرهم وشرفهم  
 بمشكلة يعني اعتناقهم بالمثل إلى حد ما

ولا شك أن بعض الأحيان لا يمكن لبعض الرجال من الاهتمام بالمشاكل  
 التي يواجهونها مع سيدات المجتمع والاعتماد عليهم وعندما أحضر مع لآباء  
 ولا زوج وسامعهم على أن يمشوا قليلاً لبروز الأشياء بهذه حقا في حينهم  
 فاعتادوا يتمكّنون من رؤية مشاكلهم ببعض على حسب الفاشية يجب في قلة  
 الاهتمام وعدم الالتفات بها يحدث ذلك في عدة رؤيته منها

وكثير من الرجال يضل يترقبون صلب مساعدة حتى مع بقائه مشاكلهم  
 حيث لا يهتم لآباءهم بشعورهم بالمشاكلهم من غيرهم كما لا يريدون أن يقوم  
 شخص بالغ بتقديم سلوكهم

ولذلك عدة مصاحبة مساعدة لأشخاص لا يشعرون بالحاجة لمساعدة  
 ولا يرغبون في ذلك

أ. حرج ولا لأسلوب الحديث الخبير لشخص بوصف عن السلوكيات  
 التي تعيقه: السبب في ذلك يرجع مشاكل في مع يفكر علاجها رشح له  
 من مساعدة موهبة ومساعدة قد يستعاض عنها رشح عيب رشح تحسين كفاءة  
 وظائف مع خيرة بدنه معرفة به يبدد كل في رشح ولكن سلوكياته  
 وأفكاره ومشاعره غير مهيأة رشح يعترض سبيل نجاحه (في العمل وفي

علاقته و يحاحه ادحي كد ه ل علاج يشغل و الاستعصا لأمثل ل  
نديه، ويس في إصلاح عيب

٢ وفره بمصوبات من حلال كتب وشرط فيديو وعلاب عي  
بدون حصة لار هذا من شاه ن يبيد كثيراً فالكثير من الناس ياتون الي  
لأهم غروا بي كذا أو ساهدا شريف فيديو و فروا مقلة ومصوبات اسجده  
بمكر ل تكون مفعه حرا ل قبحت طريقة يجديه ومفيده

٣ ل سمر بشخص في سده من طلب ساعده فسرور بدور  
ويعرض قد من طلب ساعده ويعهد به بري بشكر منظم قدم له فكره  
و فقه لار بي مفعه ت حرق عن مفعه من حين لآخر أو دا تحدث  
كثير عن طلب المساعدة في هذا سيريد من اسباب اشخص وعدم طبه  
للمساعدة فدا ل فاحرص على لا تدع في حمايتك

٤ حم سلاقتك مع شخص آخر لار شخص من لاشخص ادبر  
بني سمر بشر هذا زوجته ويسمونها به فدا لا ادع شخص يحدث عن  
غيوبي لا ل كتب من به وخذ عيبه ن كتب ولا ثقه لشخص عني  
لار معبد لار هذا سجدته اكثر سلا لآخر حديثك لا يحسن موضوع سده  
مسامحه هو موضوع بوجد بي حاحه فيه احرص على ن سمر بحديثه  
شكر ويس بمصوبات خريد بوجد مع صيب

٥ عظه بلا جسد فدا يحدث بكثير من لاشخص دهن حارو طب  
المساعدة، اما أن هذه المساعدة بم تجد نفعاً واما أنها زادت الأمور سوءاً  
ولست عيب ن نطلمع عني كم يوجد تصوير مع تحديد لبي ساعد الأطباء  
عني ل يكونوا أكثر تحديد واكثر وعيه ب العلاج

٦ هذا ماحه سجدت تقرب به لا فدا لار سمر شخص عني  
فصه بملامح و سوكه يوتو تأثير سيب عني حديثك هب عليك ل تتركه  
لا لار في علاقه كهده من ساه يضر صحتك كما أنه يشجع شخص  
لاخر عني لاستمرار في وضعه ساهه وشد ريب ل ارجح و يهدي به من  
بمكر ن يدفع الشخص للتغير، سواء يحد بدمانه بحد و الا لدية  
لار علاج اصطب فصر لا ل ل اضطراب الاكتئاب الهلعي



## جيري وجيني

مع بداية ظهور شاكر لزوجيه بير "جدي" و"جيني" في بداية حياتهما كتب "جيني" برغب في صف مساعدة وكر جيري "رفض قائلًا إنه يريد أن يكشف مشاكله مع غيره" ثم يوافق جيري على لادب لطبيب نفسي لا بعد أن هدده جيني بالانفصال في البداية كان جيري قد وضع عدة شروط لعدم الذهاب لطبيب نفسي به ثم يكن يرى أن مشاكلهما تستدعي ذلك وأن هذا الأمر مكمّل جد وكـ يعتقد أن كل الأطباء النفسيين يعاقبون من أمراضهم عليه ثم يكن يحب أن يصفه حد بالجنون في علم بهذه لطبيب نفسي

وعلى يد هو بلاسيف مؤلف خيوط شائع بين الرجال والعديد من الأشخاص خيمت روحهم مشاكل وصحة نفسية روح أو لاطفاد و حتى انفسهم يصابون بحرف عصب ويكرههم وعدم ابوحى ودين و يرفض فهمهم . طلب مساعدة إلا بعد أن يوافقهم بغيره والفر منسبة إلى جاري ك هو مهدد جيني بالانفصال . ثم يذهب مصيب وهناك ضمير آخر في جيري وهو إصابته بخطر تصور لاسيف لعدم كان طفلا رغم عني الذهاب لطبيب نفسي علاج مشاكله سميكه في مدرسة وقد كره جيري لاسيف بده مختلف عن غيره من لاطفاد وحصل من أنه لأنها اجترته عني اجترت مع طبيب وقد يكون معمر انسي منحير نفسا وإن بعض رجاله وإن اشكر قبل أن يشعر بها ساء بفترة طويلة ولكنني أقول من خلال حديثي أن أهميات بشكر عدم شعري بمشاكل لاطفاد قبل أيام وإن روحاني يطالب بعلاج نفسي أكثر من لارواح قد هي لأسباب الاجتماعية في جعلنا نحن يعرض لصراف غير مشاكل وصحة ويذكرها حتى نعونه انه به علاجها بشكر فعلا وإن يندفع لصراف وسدب حد قد ترجع إلى سداب ربه لاؤلا بذكر ووجهات مختلف من رجل أكثر شعاع أرجل في حياته ليومية

فلاؤلا عينا في يفسر انسي بضمير بشار وكارباتا ونعاب حرب ونعاب يعيدو له ونصيق فيها رثرة حور ولانصل وهذه

للألعاب غالباً ما يترتب عليه سيطر واستسلام. فوز وهزيمة، بالإضافة إلى قلة  
التصور وعدمه مع الآخرين وهكذا يتربى "نور" على متحده عوده ومهاره  
في حل مشكلته. فثبت فدرس في ألعاب لعب بحقوقه على قدر كبير من  
الحوار وإقامة العلاقات مع الآخرين وذلك من لعب باسمه وحكيمة  
المتصور فراجعي عند كاد صفة كدت تصف عراتسها معوم بانسريس بها،  
ولاب - خرج مع به باب د يععب معه كره قدم أو كويكيت بدلاً من أن  
يماشيه ويتحدث معه

ومع ذلك يكبر نول ويصبح حلاً يرضى محتفظ به في مناسبه. وأنه لا بد  
لكي يصبح أن يكون فصل من تحرير كذا خبرك مشكلته أصبح أقل من  
غيره من الرجال هذا يوخر بجزر عند مد حده حتى تصبح مشكلته واضحة  
لحقيقه وهناك رجال يمشرون بمسرحه كانه عند يحدث لاسره واعترافهم  
بمسكبه حتى اعترافهم بالفشل إلى حد ما.

ولذلك ان الذي يحيد لا يمكن بعدد الرجال من لاهدمه بالأشخاص  
غير يمشون لهم شيئاً خاصاً بمشاكلهم معهم وعدم "جس" مع الأياه  
ولا روح و"لهم على ر يمشون شيئاً يبروا" أحياناً معه حقه في حيلهم،  
فما لبس أن يمشون من رويه مشكلته وبعض على حله. فمشكلته ليست في قلة  
الاهدم وعدم لأكثرت بما يحدث. وهذا في عدم رأيتك اسباب

وكثير من أن عند أخص بالفصول طب مساعد حتى مع عدم مشاكلهم،  
ولذلك أخص لا يبريدون لا يشعرون بمشاكلهم من غيرهم كذا لا يبريدون من يعوم  
شخص بالغ يتقيد بملوكهم

في هذا صرح بمشاكل الأشخاص الذين لا يشعرون بحاجتهم للمساعدة  
ولا يرغبون في ذلك

١ جرب ولا الأسلوب المباشر حذر شخص بوصفهم من سلوكيات  
تؤثر غفلك ولا سبب في هذا قد يرجع لمشاكل في من يمشون علاجهم وضع به  
استعداد متوفرة وبأساسه من حيث علاج شيب وانه لتحسين كفاءه  
وظائف اليم، أخيراً ما يعرف أنه يمشون كل ما في وسعه ولكن سلوكياته،  
وفكاره ومشاعره غير معه ربه يعرف سبب بجرحه في بعض أو في

علاقته و جدته صاحبه، كذا ان علاج ينشأ في استعمال الأسس لديه، وليس في إصلاح عيبه

٢ وثمة بعض من خلال نظم شرطت اعيديو وبتلات التي تتناول حذنه لا من من ر بغير كثير شلكنير من حاس يأنون، بي لاهم قراري كتاب وشهد شرطت اعيديو او قرأوا معاه ومعلومه لحيدة يمكن ان يكون مصغه حذا را قدمت نظريه يحاييه ومعبدة

٣ إذا استقر الشخص في اسدعه عن طب المساعدة، فللوع بذكر وسعرس فكر عن طب ساس وعندها يدرى سكر بسظم، قدم به فذا ومفاهة في بعونه اخرى عن موضوع من حين آخر، ان تحدث كثير من طب المساعدة في ه سريد من سماء اشخص وعدم طليه لمساعدة ساس ه فخرجت عن لا يدع و حواسل

٤ حم سكت مع شخص آخر في شخص ليس الاشخص الذين يبق لهم كثير بعد بلجده ومعهبه به فذا اربع شخص يحدث عن عوي لا كس ثوبه ردد عيب بل سكب ولا ثقة اشخص عنى لدى عيب لا ه سيجعه كذا عدلا لا كرا حاس لا حرس موضوع طلب مساعده هو موضوع الوحيد الذي يحدث فيه حصر عنى ر تهتم بحياته لكن ويمر بموضوع جديد موعده مع طبيب

٥ اسطه اذلا جديد بقدر يحدث كثير من الاشخاص الذين حاولو طلب مساعده ما ر هده مساعده ثم تجد بعد و ما في ردت الأمور سوء وحدث عيب ان يصمم على كيو حيد بصوير سح الجديدة التي تمعد لاطبه عنى ان يكون اكثر جديد وكذا فاعيه و حنح

٦ ذات مرحلة سجدت ثور لا فاده و استقر اشخص على رفصه معنح ويد سوكه يوبر سيب عنى حيد هده سيب ان تتركه عفاة و علاقه كهد من سانه بضر صحت كذا به يشجع الشخص لآخر سى لا سدر في رفصه ومرصه وقد يفت ان لرحيل أو اسيد به من لمكر أ يفع لنحس بتغير سواه فيما يتعلق بانهامه الخصور، أو الأدوية، و علاج صطرب بصور لاسده و صطرب لا كسد يعني

نذكر أنه يسر بمعدون أن يحصر شخص على علاج، لا بد أصبح خطراً على نفسه و لأخيراً و به بعد و قد عني رعاية نفسه فلا تكلف نفس فوق ضيقه و يحسن بحظ هائل شيء كثير مستخفي فعنها اليوم أكثر مما كان عليه لعل منذ عشر سنوات.

### البحث عن طبيب كفء

نقضي خاتمة يوم من ٣٠ : مكانه فتمتد ' ووكلاً ' و ربه كدوية سريري من شخص من جميع أنحاء عدم يبحث عن طبيب كفء في ملاحظته التي يمسكون فينا به فكر ساهم في استخدامه المباني الواردة في هذا الكتاب ولا هذه المباني ما لم يعتبر حديده في مجرى عبوه مع فقد يكون من الصعب التحصن على قدر هائل لاطمه يمكن ان يوصل طبيب كفء لإجراء شفيته مستحضر والعلاج امر لا بد منه لتحقيق الشفاء والتبسيط غير مدسب بمنزلة ربه لا يور سوا وهذا عدد حقايق يلتزم في الطبيب يدايب العلاجات

ذهب لأقرب طبيب حمد في سوفيتر عني مدى يصير بهنكر في الطبيب الكثير عني مدى التبعيد و مساهمة مدسه لا يفر من فقط من يفر كما ومكان لا عني هذا لا ساهب بعلاج يعجز عنه في حدود مكنيات دية . إلى قدر هذا جانب بحث في لافضل فرد كان بهمكن أن يحصل عليه من خلال بويصة بدميين فهذا من عصيم الهم لا يكون عنصر مال هو معيار الاختيار.

٢- سيعر من المحصر فعده مع بصورة بمرغه دقه والمحصن يدبج حر بطور في مجده في حيز و مدرس مع و طبيب الأمر مطلوب منه . يدبج كل شيء فهو مني شعر بعده مدو في مصاب انقل ساهب ان عيب فب لا و معارض عدم لا عني ربه . ذهب طبيب ري مثا بل آلاف من لحالات الشبيهة بحالتي

٣- احتل عني معاد مثا به . طبيب ساهب من شخص بوي خبره شريه بهنكر فمدرس معه حيز ما يعجز معوه به مد معايه . من قصد وعرف طب ومدبرير بصحون شباكر مع مثل صصرت قصو



لا تلبس وعضويات بقعة والكذب وينصحون بعدم صب مساعدة الطيبة.  
 وقد حدث ظباء لاسر. يقول في حق جدي من فترة قريبة "و صر ب قصور  
 ساد من سابع وسب بحاجة لخدمة طيبة في سبب لا أن بحور جدد"  
 وحده بحسب من مساعدة مناسبة من سحاب يمكنهم . يعصب معومات  
 معيدة من قدس منحصف في نفس سحاب و سحاب يعنون في مركز بحثية  
 كرون و سحاب من محفوعات بدم . حيث كل مجموعات بدم اصبية  
 سبي تريبس فهد المجموعات عند ما يكون ديه غشاء ررؤ لاطباء  
 متخصصين في معصم . يمكنهم . يمدون ضد معديده مهعة من طبيب  
 مثل سوب حديثه مع مرضي واحده منهم اكدته وظمة

في معقد . بحسب من سم طبيب كلف . فم بحر جدد سبارمه فلا بد  
 بكور ديه شهوده فاه لخصومة على شهادة لوبه يعني ديه بحسب في  
 بعدد لاحتدات بحريه و اشوية و ديه ديه نفسه تلي كتاب مهاب  
 حاصه بدم في ل بعد د كبير لاسم كنه لطب و كنية اندرساب لعبا  
 هي بحور منها طبيب . لهر بعدد لاجار بعدد بعدد طب اطيء  
 حاجي حاصه د عروجه لا يعرف . شيب من كنهه علاج الرئيس بشكل مناسب  
 "تد" حواء د حاصه . من س يه ركنهم معجول . و مطعور غير أحد  
 بتقنيات . ويحبون مساعدة الآخرين

٥ . ح . عود مع هـ طبيب تعرف م . كتب سترغب في العمل  
 معه د د . وعسى بعد من د سددع ثمد معر سداب به وكن معروفا  
 شخص . في سعتهم عنه و سستقر اسر حدير . تعلق فيه اوقات و امال  
 كرا اتمست بعد لائق به د غير مناسب . قاستمر في البحث

٦ . كثير د لاطباء يكسرو بقات وكتبا و يحاضرون في مؤتمرات  
 و محفوعات احفوية فحارب . استطع . مع كتابهم أو سجع  
 محصر لهم سعرف طيعهم دمة قد نيم سبي مساعد  
 ٧ . بحث م سحدر صلب . هر سجع سبي حدث . قصور م  
 ويرغب في بحرية لجديد

١٠ البحث عن شخص يعرفه بحيرة ويصف لأستيل. ويستجيب لاحقاً بأنه يبحث عن علاقة تنسج بالشرارة والثقة عرف أن مر أخصب أن تحد طبيبته بجزء فيه كن هذه المديرة ويستمر بتدريب الناس في مجال التمريض مع ولكن هذا يمكن سفير في البحث لأن الطبيب المناسب أمر لا يد منه لتحقيق الشك

### كيف أثرت انني حاجة لأجراء دراسة SPECT

منذ مر بحيرة دراسة SPECT لأسباب محددة. هذا ويصر بخصامة قاعدة المعونات لعدد في عيادة أصبحت امر بأجراء دراسة SPECT بمعدل قل مما كنت فعه منذ عدة سنوات. والبحث الموسع بقي جريده في مجال دراسة SPECT شخصي حيرة كيميائية جسماني قدر على استحضار سريع يشكر مع في مستحب معاجات معينة وقد صممت هذا كتاب بعيد من هذه المشاكل وأيضاً عدد منه كثيراً في شرح دراسة SPECT وجابابها

دراسة SPECT تساعد على الحصول على تشخيص دقيق لا فهدو بدراسة لا تحير نفسها شخصياً. وبما تساعد لطبيب على زيادة فهم بوضوح مختلفه الدمج ويضيف إلى من شخص آخر مع يؤدي إلى اختلاف لاستجابة الأدوية ولعلاج اسمي ما لتشخيص فيكون قد خلال مدة عمل عملي في أبحاث كيميائية ومناهات شخصية ومعونات في بؤنة من لاسره وقولم شخصيص بدراسة SPECT بالإضافة إلى مجموعة من أحياناً. نفسيه لعصبيه فيس هذا دراسة يمكن أن تكون وحده في تشخيص دقيق لكل مريض

١١ في الأدب أجروا دراسة SPECT هذه الأسباب بضم

بعبه نشاط تقوية الصرعية

٢ بعبه أمراض الأوعية الدموية المخية

٣ بعبه العته والتفريق بينه وبين العته الراض.

٤ بعبه دثار بيضه مدروسه وأجروا لإصابات لرس

٥. موقع وجود مرض خصوي في المجتمع كـي يكون هناك شعاع شعاعي يؤدي إلى اضطراب سلوكي، أو تكون هذه مرض جنسي في المجتمع أو

## Summary

١٠ عبیدہ لہوکیہ بعدیہ حیر مہد و شی لا سحیب معلما

٧ مخدّد مرقى لشمس بن خنّنه مرقى كحبيب ومخدّدات في البر

وقت ریکٹ : ۵۰ منٹ  
تکلیف شدہ وقت : ۱۰ منٹ  
SPECT مش

سبحمها لدى الروحانيين يعني قد شكك في حياتهم الروحية، ويحب  
أن يركبها. هذا هو الاستخدام المعتاد لهذه العبارة في مجتمعاتنا خارج  
الحدود.

هو يجلب عني و تافه من سواد لادويه قبل حرقه لدرسه" هذا  
سور يتحدث عليه صديق لانه يحسب من تحصيل لآخر ويشكر الله بذكر  
الله من لافس ان يتوقف عن سواد لادويه قبل درسه بقرة سكر  
محض لخدمتها وكرهه من لاديه قد جربت ان درسه شاء  
لاديه لادويه قائمه لطبيب سواد بحيث يصح سواد في حسنه وهو يصح  
تصور الاشياء ويشكر الله بذكره من سواد يتوقف عن تناول عذبات  
الدرسه ام عني لافس من حرقه سواد لا يور ويطول على هذه حاله  
حتى حرقه درسه فانه لافس صديقه اهدت لاديه من Prozac  
لاني كنت في حسمه بعد اسبوعين وبعث من محقق يتوقف عن  
الدرسه دون استشارة طبيب عني لاني فيه توصيات خاصه في هذا  
المسار

ما الذي يجيب عليه في هذه الحجة؟ في الحقيقة، هذا هو السؤال الذي يجب أن نطرحه. في الحقيقة، هذا هو السؤال الذي يجب أن نطرحه. في الحقيقة، هذا هو السؤال الذي يجب أن نطرحه.

من هذا آثار جسيمة أو مخاطر لهذه الدراسة؟ هذه الدراسة لا تتضمن  
استخدام صيغة "لا يتأثر" سيبيو، ر حساسية، بكر ها، إمكانية ظهور  
تغير جذري بسيط، وحسن، وذلك في راحة وحسن، إعادة مؤلف في صعط

هذه وتكون هناك تحديثات مع سبب قليلة جداً من المرضى وحجم  
معرض الإشعاعي المنخفض من الأشعة يعزب حجم لقصور الإشعاعي لأشعة  
كسر

كيف يتم إجراء دراسة SPECT، يوضع المريض في حجرة خاصة  
مؤمّنة، وتكون المريض في غرفة ويظهر المريض بعد ذلك على دافئ المريض  
مكتوباً أميبيس حتى تكيف حجرة معية مع البيئة المحيطة به ويتم بعد  
دب حتى يتم التصوير من خلال الكاميرا أو يدي وبعد فترة قصيرة من  
وقت يتم من ثم يتم دراسة SPECT بالدوران حول أنه لا  
يحدث المريض من ثم يتم وبعد ذلك يتم دراسة المريض على مستوى  
و ١٥ دقيقة عرفت من ثم يتم دراسة المريض من ثم يتم دراسة المريض  
المريض في يوم من ثم يتم دراسة المريض من ثم يتم دراسة المريض من ثم  
الخطير الإشعاعي

من هناك هناك دراسة SPECT استندت إلى دراسة هي أكثر  
الدراسات التي أجريت في حجرة أكاديمية وقد تم دراسة  
من تصوير مخطط EEG والتصوير العصبي (المخطط الكهربائي للقلب PET  
والتصوير بالرنين المغناطيسي الوظيفي FMRI) في دراسة لأحاديث مكشفت  
بعض ولا تحزن على أن لا تكون بحثه، تعتمد على تصوير مخطط EEG  
EEG لا تعد معلومات كافية من تركيبات أحادية بعض حلق الدراسات  
SPECT، مما يجعل الأخير أكثر إفادة

هو بعض من تلك الدراسات التي أجريت مع SPECT لتوقع بعض الدراسات  
من بعد ذلك لتدعيم هذه الدراسات مع شركة التأمين في  
كان عندك لتدعيم هذه الدراسات مع شركة التأمين في

هو استخدام SPECT من بعد ذلك من قبل الأطباء بصفة  
حدثت اعتراف واسع بها في دراسة SPECT كوسيلة تقييم وظائف المخ عند  
حدوث الصرع أو السكتات الدماغية وإصابات الرأس وهناك مميزات من امتدادات  
البحثية التي تناولت هذه الموضوعات، وقد تم في عديد من الدراسات  
بعض المنهجية بحيث يمكن تقييم قدرته ولا من بصفة هي لا

تسجيب علاج وقد بقي هذا بطور على حيرة فاقب ثماني سنوات ولكن  
 هذا يعني بالأسف ان الكثير من اطباء لا يقومون بشكل كامل تطبيق دراسات  
 SPECT وقد يقولون ان هذا الكمبيوتر يربط في طور التجريب ومع ذلك  
 فهذا ما يريد من هذه صفة في مركز دمو بتحويل برصهم الى اخره  
 اسراسة عليهم

### مصادر دراسات SPECT

من هناك في هذا كتاب نشره في ١٩٨٥ ولكن هناك أطباء ومعالجين  
 يسيو مظهر على حدث بصورت ويد كور نسخة بين الملح والطور ، بل  
 وجدنا هذا عدد ثم من مخويز اسم من جلاء وقد يقومون بجزء دراسات  
 SPECT بشكل منتظم في عياداتهم

وبهذه الطريقة يمكن احصاء هؤلاء المحققين

William Collie

100 Morgan Keegan Dr., Suite 220 Little Rock AR  
 72202

501-664-2300

Pediatrician and researcher

Dennis Alters

2067 West Vista Way

Vista, CA 92083

619-940-8005

Child, adolescent, and adult psychiatrist

Steven Clark

150 Tejas Pl.

Nipomo, CA 93444

805 929-3264

Family Physician with a specialty in ADD and related disorders.

Ed DeRosis

1044 Sir Francis Drake Blvd

Kentfield, CA 94904

415-485-0854

Psychiatrist

Rick Gilbert

9051 Soquel Dr., Suite F Aptos CA 95003

408-688-6712

Psychiatrist

Michael Goldberg

5620 Wilbur Ave Suite 318

Tarzana CA 91302

818-343-1010

Developmental Pediatrician and researcher LCLA affiliation.

Brian Goldman

350 Chadbourne Rd.

Fairfield, CA 94585

707-429-7181

Lloyd King

350 Chadbourne Rd.

Fairfield, CA 94585

707-429-7181

William C. Klindt

3880 S. Bascom Ave., Suite 217 San Jose CA 95124

408-792-3210

and

3060 Valencia Ave. Suite 6 Aptos CA 9503

408-460-2550

Richard Lavine

271 Miller Ave

Mill Valley CA 94941

415-383-2882

Psychiatrist, Specialist in addiction medicine

Cecil Oakes

350 Chadbourne Rd.

Fairfield, CA 9485

707-429-7181

Family Physician specializing in ADD and related conditions

Hugh Riddlehuber

1333 Raston Ave., Suite C Belmont, CA 94402

415-595-2384

Child, adolescent, and adult psychiatrist

Herb Schreier

Children's Hospital Oakland

747 Fifty second St.

Oakland, CA 94609-1809

510-428-3357

Chief of Child psychiatry, research

Saad Shakir  
851 Fremont Ave. Suite 105  
Los Altos, CA 94024  
650-917-7510

and  
14651 S Bascom Ave , Suite 250  
Los Gatos, CA 95032  
408-358-8090

Psychiatrist

Edward Spencer  
51 Marina Dr , Suite 821 C  
Petaluma, CA 94954  
707-763-6854

Neurologist

Matthew Stubblefield  
3301 Alma St.  
Palo Alto, CA 94301  
650-856-0406

Psychiatrist, expert in the use and interpretation of  
SPECT

Lewis Van Osdel III  
350 Chadbourne Rd.  
Fairfield, CA 94585  
707-429-7181

Psychiatrist, expert in the use and interpretation of  
SPECT

Stanley Yantis  
45 Castro St.  
San Francisco, CA 94114  
415-241-5601

Psychiatrist, associate professor, U C San Francisco

James Merikangas  
One Bradley Rd , Suite 102  
Woodbridge, CT 06525  
203-389-7007

Neurologist, Psychiatrist, Annals of Clinical  
Psychiatry editorial board

Robert Kohn  
4309 Medical Center Dr McHenry, IL 60050  
815-344-7951  
Psychiatrist and neurologist

Tom Jager

2430 S. 73<sup>rd</sup> St., Suite 201 Omaha, NE 68124

402-392-2205

Researcher, clinician, child psychiatrist, professor  
at Creighton University

Fred Kader

Creighton University

8111 Dodge St., Suite 330 Omaha, NE 68114

402-390-8150

Pediatric neurologist

Cory Clark

235 Renaissance Dr. Las Vegas, NV 89119

702-736-1919

Child, adolescent, and adult psychiatrist

Martin Stein

1911 N. Fort Meyer Dr. Suite 907

Arlington, VA 22219

703-827-2471

Private Practice, affiliated with George Washington  
University.

Gregory Hipskind

3001 Squicum Parkway Suite 12 Bellingham WA

98225

360-733-4140

Family Physician with a specialty in ADD and related  
disorders

Psychotherapists (listed by state abbreviation)

Linda Webber, Ph.D. and Leon Webber, D.Mn.

L.M.F.T.

135 Christensen Dr., Suite 100 Anchorage AK 99501

907-277-6888

Individual and family therapists with a specialty in  
couples and ADD and related disorders

Richard Baker M.F.C.C.

655 University Ave. Suite 244

Sacramento, CA 95811

916-791-3579

Marriage, family, and child counselor

Cheryl Carmichael, Ph.D.

706 15<sup>th</sup> St. Modesto, CA 95354

209-577-1667

Psychologist



Earl Henslin, Ph.D.  
745 S Brea Blvd Suite 23  
Brea, CA 92821  
714-491-7831

Clinical Psychologist

Sheila Krystal Ph.D.  
1509 Euclid Ave Berkeley CA 94208  
510-540-0856  
Psychologist

Karen Lansing, M.F.C.C.  
3060 Valencia Ave. Suite 6 Aptos, CA 95003  
408-460-2550

Marriage, family, and child counselor

Jennifer Lendl, Ph.D.

San Jose, CA

408-244-6186

Clinician and research psychologist

Linda Lose M.F.C.C.

4999 East Townsend Fresno CA 93727

209-255-6326

Marriage, family and child counselor

Jorelyn Stoller M.A.

1903 Brodevick #4 San Francisco CA 94115

415-346-4188

Educational consultant

Linda Kozita Pepper Ph.D.

2310 Crestmont Circle S.

Salem, OR 97302

503-585-6798

Psychologist

ولا سبب هیات طرف و معاینات عصبی غیر بی وکروم میهمون

در صورت SPECT و عدم هیچ اختلال و کذب لا بد من معاینات بیشتر

## من هو أندرو حقا؟

### امثلة عن جوهر الإنعاشية

ذكرت في مقالة قصة بن احيي سرور شي اصبح غداً بسبب كيس  
محيي يحترق اذ لم يوجد في قصة انصدي الأيسر وقتها لم يستعمل هذا  
الكيس حال لي صبيته سرور لخاله يحبه يبحث ويسمى كما ذكر في  
عصرنا بداية قصة .

• بشيل بن بنيد بن هجعت على زوجها بسكين في  
نصفه يوم من محبتها وعند غروبها تناول Depakote  
عادت لطبيعتها قبل العواصف.

• وسمويل ذلك نفس الذي يبلغ من العمر ستة سنوات واري  
كان سبب بمصرها وكان فاشلا في مدرسه وبعثا عن  
صدقه ولكن بعد مدونه مسجرام من Prozac يوم  
اصبح باحد في مدرسه وانزل مع صدقه

• وانصدي ذلك رجل الذي قهر عليه أربع مرات بتهمة  
لاعداء وفش حصص مرات في مروح لاوعر بقي كاس  
مخصصة لعلاجه من ادمان انيثااميتامين، ولكن بعد التشخيص  
ومعاجلة البعد شاكل مصر انصدي اسي كان يعاني من  
صحة غداً ان يسعيد وعينه شخصيه ويسمر في وظيفة  
مريحة

• واري بن بنيد بن هجعت بنيد بنيد لايتحرر  
كان عليه من كساد وحق ولكن بعد شخصه حقا بن  
من صرنا قصور لا بعد بعد علاج عد هذا لا اضطرب  
في شعورها بالخشاع في تركيزه وصبح بمدرسه في تكون  
لام والزوجة التي كانت تريد أن تكونها

• وبني ذلك لطاب نخاعي في معرض لإصابات بسيطة في  
 الرز في حركتهم باستيراد تغيرت بعدهما شخصيته بشكل  
 كامل لتصبح غريبة ومكتملة وقد يصرفه في معرفة ومع  
 العلاج مناسب لتدريج "رشي" أو عود لطبيعته شخصه مرحا  
 وسعيد وفعالا

• وتروى أسي كذا يعاني من مشاكل سرية حادة وفكر  
 وعوكتيات متحركة بعد غلابة بمصاد نوبتوس والاكثاب  
 Anafranil أصبح شخص مرح وفعالا ويجب فراد سرته  
 أن يكون مع

• وبعد ذلك استبدت في انصرفت مريض وكادت تعاني من  
 نمو والاكثاب والفلو والادمان ولكن بعد علاجها بنية  
 "سيت حو" والعلاج النفسي عاد محبا لطبيعته واستطاع  
 أن تكون أكثر فعالية في حياتها

• وبحول لم يكون معقد في كذا يسي، معمله ووجهه يديها  
 وعاطفت في معظم فترات روجها، بلاصقة في سنة معمله  
 حذره عاطفي وعدمه أصبح حمرة ٧٢ عاماً وبعد ظهور اعراض  
 هذيان سبه عمت اجزاء عقلية كلب مفرح به اكتشف به كذا  
 قد معرض لإصابة كبيرة و رسة عديم كان في العشرين من عمره  
 رب ، الاف نسخة صرعيه لحييه ورب كذا هذه  
 الإصابة هي السبب في تغير سلوكه والتأثير على ثلاثة أجيال من  
 سرته

• وبعد فحص بعينه من استنحس بودة في هذا كتاب أو  
 شخص في ريشه في عملي جنسي "سائل عن جوهر  
 الإبداعية من نحن

• هو شخصه لحييه هي أسي يبيع صاحبها مع صميم أم  
 بمشكر في أسي



الحج ووعظك مع تربية شكر وتيقن أيضا بأفكار الشخص  
وبيئته، فكل هذه العوامل لا يمكن الفصل بينها

• كيف يبدو مع "ديب تيسين" حل عصر يمتدس هولاء في  
بطونه ور. لتفصيل عام ١٩٩٠ لأنه كان يريد أن يخرج معه  
ويبدو كـ "خيور" ، هـ بسبب خلل في مع ثر ضربة على  
لرس مرس سايير كثير شي لقصص طوقية وصدعية  
ويرسد عليها يتنا حصاص برفاهه الحسية مسود عنها فشر  
معدية انش بحمهي' ذه ركي لـ ضربة برأس هي سبب و  
سوته

• كيف سيبدو مع "صدام حسين" "أدولف هتلر"؟

• هو يحب عبيد تصوير مع غدد" اعتد انه ر حدث هـ  
فلجوف برود فهم عمية حربية فو سا حورن مع  
برنس انا بهار - صيرت لصور انااع سدو دم سمع  
شعر او اصابه بـ رصاص؛ بدو فرد زمنية وقد قصص ميه  
معيان حلال فويه ر حيه بـ زمنية اعدا كان سيحدث لو أن  
هولاء بإصابتة بهذا المنظر\*

• هل يتوحد مع تصوير مع ولادى وبناي معرفة هـ

ارواحانية اعتقد هـ ويكن ولادى لا محجبه هـ بكرة  
ود نهاية عشر هذه لاسية مهم لـ معروف ان مع يدخن في كل شي  
معنه عددا يسعي لـ بكرة من راس دأيب، لني بكرة ييه عندما يحارب  
لهم سوب سير طبيعي فـ رايح مع حدة حانية تحديج إلى وضع اسخ في الاعتذار  
وسمع بشاشة سـ ريس مـ رايح ثانية: ولتقليل حجم لصف في الاجتماع  
وكمي مع لـ سـ ريدد بـ رايح لـ رايح حيد ر بكرة أولاً في اسخ  
لـ سـ رايح لـ رايح وحيد في رايح لـ رايح لـ رايح في الأسباب  
لـ رايح لـ رايح لـ رايح لـ رايح لـ رايح لـ رايح لـ رايح لـ رايح  
لـ رايح لـ رايح لـ رايح لـ رايح لـ رايح لـ رايح لـ رايح لـ رايح

## أولمر ونواهي المخ

موجر عن كيفية تحسين أداء المخ وكسر عاداته السيئة

أبنت دسمة : دمر ونواهي المخ بحسين داء مخ وكسر عاداته السيئة لكي  
تتوقف عن تحسين ما تريد. وهذه لأولمر ونواهي دسمة شيء لأبحاث التي  
قمت بها أن ولغوري من علماء الأعصاب

## أولمر المخ

دندواهي راس في وظائف احبي تتصور حضوره عليه

٢ شرب داء كثير من ٩ و ٨ درجات معه الواحدة ٨ اوسات وذلك  
يشكل يومي يتحفظ على سنة سياه في لجسم

٣ مدرب طعم بشكل صحي بحيث ساهب كم عذاب من عروبيات  
واستبرهيد ب و دى يكتفي حاجة لمخ

٤ مدرب لصوص - حذكو عند الضرور وكسر بحث شرف طبيب  
فكر بشكل إيجابي وصحي.

٦ حب كز نعم لد حبي : طعمه و برية لكي تحضر نعمت من لأفكر  
لنسبية التفانية التي تشبه النمل.

٧ حصص وقاكن يوم لمركز فيه على لأشياء التي تشعر حولها بامتنان

٨ شاهد فيلم "Po vanna" من مدح فلام غربي

٩ قصر وقت مع شخص يجتهد برقع من روح المعوية

١٠ قصر وقت مع أشخاص يحب - كز بشه بدت يمكنك في عالت من  
تكول بشه

١١ من مبرات فامة علاقات : ديم يصبح أكثر ارتباط بالمر و بمر  
ارو بط مطوية

١٢ تحدث مع الآخرين بشكل يسم بالحف و رغبة في مساعدة

١٣ أخط نفسك بروتاج رائعه

- ١٤ كون مكتبة من خيرات وذكريات رائعة
- ١٥ غير من أسلوب حياة شخص آخر
- ١٦ مارس التدريبات البدنية.
- ١٧ لم حضور انصه لشكر ينظم بين وبين من يحب
- ١٨ تعلم اسهل الياسني
- ١٩ عدم استويه امعطيسي ندائي وم سه بشكر يومي
- ٢٠ تذكر بقاعدة (١٨/١٩) -
- ٢١ تعامل مع الصراع بشكل فعال
- ٢٢ صبر هدي وحسنه حياتك انما يتغير بالاعمال والعمر وناد والفسر  
وأكد عليها يومياً
- ٢٣ ركز على ما تحب وليس على ما لا تحب
- ٢٤ قم بتجميع طيور بحريو وعلى امر سلمه بي
- ٢٥ جعل حياتك صهي وهدي ديث قيب لا د
- ٢٦ وصل مع الآخرين بغير وكش بشوش لوجه حين سماعه
- ٢٧ حرر لعمديه لاسرحانيه احيوية لوجات مع أو الاثارة سمعية  
بمصريه لمحسنه الم
- ٢٨ سمع عندما تحدث نفسك قد تعرض في تركيزك على شيء معين. اشعر  
بنفسك بشيء حر لم عدو. تفكير في مشكله لاحق
- ٢٩ فكر في لاجبات حيدا قبل ان تعرض في لبث بعمه ولا
- ٣٠ عند تعرض لمشكله كتب خيرات وحلوله الممكنة
- ٣١ نفس مشوره لآخرين عندما تتعرض لمشكله امجرد حديث عن هذا  
سيصبح ثأفك جديدة
- ٣٢ عندما تجد قليل افكار معينه وتعلمه بمرحح قد يهي امحني من  
المكينة ما يجعني قبل ما لا يكسني تعبيرة ومن شجاعه ما يجعني  
غير ولا أستطيع تعبيرة. ومن الحكمة ما يجعلني أفرق بين الأمرين
- ٣٣ عندما نفس في قباء شخص يركز على أفكار سليمة بركة ثم عد به  
لاحقاً

٣٤. سحبه طاب مدفعة عند سحبه مع تشخص اسير يعاين من  
مشاكل في جهاز الهضمي

٣٥. جمع لأغذية اسير يميلون بسكن طبيعي أو لا تعرضت يصنعون ب من  
قوة الأوز (بأسلوب أمر يتسم بالمعطف والحزم)

٣٦. تعلم شيئاً جديداً كل يوم

٣٧. عزز مهارات ذاكرتك

٣٨. غر و دينن متى استطعت ذلك.

٣٩. جمع يوسفى لجميلة جزء من حياتك

٤٠. جمع لزوج لجميلة جزءاً من حياتك

٤١. لاسي الآخرين كثيراً (بشكل مناسب)

٤٢. مارس الحب مع زوجتك.

٤٣. تحرك بشكل يقاومي

٤٤. ستتم بمعايج نفسي ماهر عند الضرورة

٤٥. ستتم بمصاح شخص من رلة الحباسة وإعادة معالجة حركة معين  
معددة من مث لك

٤٦. من مع صواب وان حديه حتى لا كات بسيله

٤٧. ساء. رويه ا فتصي لا انك بحف شراف طبيب

٤٨. ساء. لاسات طبيه . فتصي لا انك حاف سراف طبيب

٤٩. ابحت عن مشاكل المخ لدى ادميتير

٥٠. قم احاف بقبه شمل لمح كمر من ظهور غلب سلوكيت

### موحي أتمج

١. لا تعزل طفلاً في مرحلة النمو

٢. لا تتناولى الحمور. أو النبق، أو اخدرات. : تسرفي في تناول الكافيين،  
وسا حمل

٣. لا تجاهل السنوكيت انشادة

٤. لا تكثر من الاستلقاء في ارجاء العزل . : ن تقوم بأي تدريبات بدنيه



- ٥ لا تتجاهل الارواحاجات
- ٦ لا تدخن
- ٧ لا تصرف في سائل الكهفين
- ٨ لا سائل كحور
- ٩ لا تخدم احد من سوا بيوتك و سلسلتك او اعيب و تكوكبير و  
سيد سيديك، اذ لا وصف لك بحرفات مزاجيه بعلاج اضطراب قصور  
الغذاء
- ١٠ لا تدول طعمه قير و سكر و من سكر له
- ١١ لا تقود السيارة دون أن تربط حزام الأمان
- ١٢ لا تعود الى حيا بحرية و عادية ، استخدم عجلات مريح لي غير  
ذلك دون ارتداء وق نلأسي
- ١٣ لا تضرب كرة القدم برأسك
- ١٤ لا تحرك يد عندما يكون محبب حم من العمل يدعي بعملي قد
- ١٥ لا تقهر باستخدام الحب المظاني
- ١٦ لا تبتلع دواء طويلا مع أشياء دسمة و لذيذة و لا تدور  
بكره طور في أنشطة خطيرة
- ١٧ لا تفقد السيطرة على نفسك
- لا تنكر باليد نفسها اذ لا يد جسمه و يمينه و لا يكون هناك حل  
وسط
- ١٩ لا تترك نفسك في سكر و لا تترك مره كره شحور
- ٢٠ لا تركز على الأشياء السلبية في حياتك
- ٢١ لا تدفع لاسا
- ٢٢ لا تدخر قسط من المال
- ٢٣ لا تحاول انهاء ما يدور بأذهان الآخرين
- ٢٤ لا تلق بلائمة مشاكلك على الآخرين
- ٢٥ لا تصف نفسك و غيرك بصفات سلبية
- ٢٦ لا تشعر بالذنب او مشعر غيرك به (فهذا أمر ضار جد)

- ٢٧ لا ينظر للأمر بمغفور شخصي في حين أنها لا تتعرب كثير  
 ٢٨ لا تعز أفكار السلبية الثلاثية  
 ٢٩ لا تستخدم الجسم سلاح مع زوجك (زوجك)  
 ٣٠ لا تحدث مع الآخرين بشك ينم عن كراهية  
 ٣١ لا تدفع الآخرين بعيداً  
 ٣٢ لا تقرب من ابرواح السامة.  
 ٣٣ لا تقرب من الأشخاص السلبيين.  
 ٣٤ لا تفر كثير في وجهه ظن الآخرين فيه فإدب منه لا يفكر فيك  
 مصنف

- ٣٥ لا تترك حياتك تسهر دون تخصيص وتوجيه منك  
 ٣٦ لا تبحث عن أسس تدرك حاجة لسلج لدى الآخرين  
 ٣٧ لا تكرر منها "للآخرين".  
 ٣٨ لا تسبح بالذكور بلع غير مهذب مرر وكر را  
 ٣٩ لا تسمع من لا يهتم بغيره فكل ولا هل ما يريدونه يتدرب مع  
 'هذه أم لا؟'  
 ٤٠ لا تسمع من بعد الآخرين فكر ولا هل ما يريدونه يتدرب مع  
 'هذه أم لا؟'  
 ٤١ لا تناقش شخصاً في أمر معر عليه.  
 ٤٢ لا تعمل بعد عدد شعر من راحة وجه  
 ٤٣ لا تظن أن يد بيدك طبيعى ولا عرض يمدون في راحة  
 ٤٤ لا تسمع لوسيقى سلبية  
 ٤٥ لا تصب بدمع بأنهم يعانون من قصور خلقي  
 ٤٦ لا ترفض تناول الأدوية إذا دعت الضرورة لذلك  
 ٤٧ لا تخرج نفسك بعد تعرضك لشكك طلب لعن من صيب  
 ٤٨ لا تترك لك حدي من مشك  
 ٤٩ لا ترفض الاستماع للأشخاص الذين يحبون ويحاولون قناعتهم بدهاب  
 صيب

۵. لے کچھ حبلاً اور تمنع معاً در دلائے و ہر شقہ میں تہیب کی طریقہ لتعبیر  
 تن غضبیت



لاسم عام	لاسم التجارى	حرفة	عدد	ملاحظات
		بيمينيه	أمرت	
		بيمينيه	بيمينيه	
		تركيبه		
		مداخ		
مجموعة ملاح الأمنه مين	Adderal	٥ ١ ٥	٣	ور حيدر
	افراز طويل	٢		ي سر
	الدى	٣		لاويه
				نصفه في
				ملاح
methylphenidate	Ritalin	٥ ١ ٥	٢	سر صغير
				و يد صغير
				احمر من
				الاستكاث
				عدد بولف
Methylphenidate	Ritalin SR	١ ٢ ٢	٢	معديه
	فزر طويل	٢		قد يكون
	مدى			ميتوب
				بأشبه
				احمر من
Dextroamphetamine	Dexedrine	٥ ١ ٥	٢ ٢	الاستكاث
	Dextransat	١ عطر		معديه برون
	Dexrost			معديه
Dextroamphetamine	Dexedrine	٥ ١ ٥	٢	
	spanules	٥ ١		
	فزر صلب			

	٢	١	٥	٥	Desipramine Gradiments	Mephamphetamine "إفزر بطني" حبوب
					شور عوي	
					نسي	
لايت من	٢		١١٩٤		Cylert	Pemoline
عمل أشعة			٢٤			
دورية على			١٥			
الكبد			١٨.٧٥			
			٧٥.٣٧٥			

• الأعراض الجانبية شائعة لمضادات هي انخفاض الشهية  
وإثارة النوم ، قد تؤدي في وقت متأخر من اليوم ، وصعاب  
وآلام المعدة العابرة

## ٢ مضادات الاكتئاب الثلاثية (TCAs) و (Welbutrin) Bupropion

وهي أدوية مضادة للاكتئاب تعتمد حيث تعمل على خفض نشاط الحركة  
بدرجة كبيرة نظراً كذا تعمل بها على زيادة العديد من الناقلات  
عصبية بما في ذلك نورإبينيفرين norepinephrine و- من خلال الأدرين  
Idoxepin, desipramine, imipramine ، والتي تعمل على تعزيز  
Dopamine من خلال بupropion ، والذي يعمل على Serotonin خلال  
clomipramine ، و- مايج من هذه الأدوية ، nortriptyline ،  
amitriptyline ، هذه الأدوية لها أثر سميوي أكثر من غيرها من الأدوية  
معدلة وينتج عنه العديد من هذه الأدوية على أنها سوية تؤدي في علاج  
الاكتئاب و- لا تترك آثاراً جانبية برودة من الأدوية SSRIs ومع هذا فبعض  
هذه الأدوية ينتج عنها كآبة عندما يكون الاكتئاب مصحوباً بالقلق ومن  
أفضل استخدام imipramine و desipramine أو عندما يكون الاكتئاب  
مصحوباً بالقلق ، فـ desipramine سيكون أفضل خيار ،  
imipramine ، bupropion ، venlafaxine نظر جوده عالي

والتي توفّر بلازما مضبوطة ولاكتئاب في غنى بها يسمح للعلاج  
 mipropane ويحظر شخص آخر في هذه عقاقير نفسية ر يساعده على  
 لاختيار بين هذه الأدوية

الاسم العام	الاسم التجاري	الجرعة	عدد مرات	ملاحظات
Nopramine	Desipramine TCA	يومياً بمسحوق - كرب متاحة	٢ ١	دواء منه يساعد في علاج غنى عن قصور الاستدلال الذهني لا يستخدم حالياً مع الأطفال
Imipramine TCA	Tofranil	١ ٢٥ ٥ ١٥ ١ ٢٥ ٥	٢ ١	يستخدم أيضاً في علاج القلق و اضطراب النوم ١ تناول لا يراى
Bupropion	Weibutrin	٥ ١٥ ١ ١٥	٣	لا يزيد جرعة عن ١٥ مجم لا يستخدم عند حدوث لتعرض بصحة
Bupropion	Weibutrin SR	١٥- ٢٥ / ١ ٣	٣ ١	لا تزيد جرعة عن ١٥ مجم ولا

يستخدم في حالات الإصابة بأعصر	٥		
يستخدم في	٢	٣	Elavil
لألم في علاج مشاكل النوم والصداع وآلام العضلات الشبيهة ومتلازمات الألم		٢٥ ٥٠-٧٥ ١٠٠-١٥٠	Amitriptyline TCA
يستخدم في علاج مشاكل النوم والصداع وآلام العضلات الشبيهة ومتلازمات الألم	٢	٥	Pamelor
يستخدم في علاج مشاكل النوم والصداع وآلام العضلات الشبيهة ومتلازمات الألم		١٠-٢٥ ٥٠-٧٥	Doxepin TCA
يستخدم في علاج مشاكل النوم	٢	٣	Imipramine
يستخدم في علاج اضطراب الوسواس القهري	١	٧	Anafanil
		للأطفال ١٠-٣٠ للبنين / ٢٥ ٥٠-٧٥	

\* يجب عدم زيادة الجرعة كثير من غير ملاحظة

بعض الأدوية يمكن أن تؤثر على رد فعل قلب





تسمم عام		نوع	مخرجه يومية	عدد	ملاحظات
		نحاري	بالسجرات	عرب	
			مركبات	يومية	
			ساحة		
Floxetine SSR		P ozac	١	١	عدد شعور لا يستخدم في حبة وحده عرض القصوى البعدقية
Trazodone SSR		Anafranil	٢	٢	له آثار جانبية ضئيلة وذلك لا يستخدم كحقن و٢٥
Sertraline SSR		Zoloft	٢٥ / ٢٠٠ - ٢٥	١	حسري لأول دقة بين هذه الأدوية
Paroxetine		Faxil	١	١	
Fluvoxamine SSR		Luvex	٥	٢	٢٥
Venlafaxine SSR		Effexor	٢	٣٦	٥
			٢٥	٥	
			٥	٣١	٥
			١	٥	

لجراحة	١	١٥ - ٦٠ / ١٥	remeron	Mirtazapine
منخفضة بسبب		٣٠		
بدرج				
بعد في علاج	٢	٦	Serzone	nefazodone
لاكتئاب		٥		
و يعق		٢٠٠ - ١٥		
		٢٥٠		

• حتى يمكن عمله لأسلامية سطحية بحده prozac فهو ذو  
من حد لا به صبح كما هو حال حبرنا ر الأشخاص  
من جانب من يمكن في المصود حديدية قد يشعرون  
بهذه حاد وعدوانية شديدة إثر تناوله prozac والادوية  
الآخر اندغمه بليزودون وندب بعد بحرص عمن لذلك  
من من وحده هذه مسائل قبل تدور شخص بهذه الادوية  
ولا لا حديدت يا حديدية لأن بوءه بعد المهم ل سافش قد  
به طبيب

• هذه الادوية تختلف من لادوية منبهه و ل معقول لا يصور  
ل بعد من سابع من المعوجا الأمثل لا لا يصور لا  
بعد لادوية في بعة شهر وقد يدخر معقول ويظهر بعد عدة  
شهر

• كما لا يحايه شيوعاً بهذه الادوية هي الخيل الوظيفي  
بحسن ويعد حرقاً معالجة هذا باستخدام قصور ( لجنكو  
bi propen

#### ٤. مصادات الارتجاع أو الصرع

ويستخدم في علاج مشاكل عصية حدييه كصرع والعدائية وعدم  
ثبات عصبي والصرع ولاكت ابرم والاضطراب ثنائي الاقطب  
وعداً لا به تكون هذه الادوية فعالة بعدي في الامر من حاسبة مستعصيه لني لا  
سنتجيب لأي علاج اخر

ملاحظات	عدد المرات يوميًا	الجرعة اليومية بالمليجرام/ التركيزات مخزنة	الاسم التجاري	الاسم العام
من المهم مراقبة معداد خلايا الدم البيضاء ومستويات الدم	٢	٢	tegretol	carbamazepine
مداخلة وطاع الكبد ومستويات الدم	٢	٢٥ ٢٢٥	Depakene	Valproic acid
متابعة وظائف الكبد ومستويات الدم	٢-١	٢ ٥	Depakote	divalproex
الجرعة منخفضة ورقب ظهور أي طفح جلدي	٢	٢٥ ٥ ٢	lamictal	gabapentin
ابد بجرعة منخفضة ورقب ظهور أي طفح جلدي	٢	٢٥ ٥ ٢٠٠	lamictal	lamictal
رقب مستويات الدم	٢	٢ ٣ ٣	dilantin	phenytoin

• يسحب Clobazam ، guanfacine ، amitriptyline في علاج

اضطرابات التقلصات مثل متلازمة توريت

- عندما أستخدم (Clonidine) إضافة لدواء منبه، أمر بإجراء فحص للقلب من خلال جهاز رسم القلب الكهربائي، فهناك من يقول إن هذا المزج يؤدي إلى مشاكل. وإن كنت لاحظت أنه آمن وفعال.
- تستخدم هذه الأدوية أيضاً في علاج الأرق الذي غالباً ما يصاحب اضطراب قصور الانتباه.

## ٦. مجموعات الأدوية

ربما يعاني المرء من أكثر من مرض أو يكون هناك أكثر من جهاز في المخ متسبب في المرض. وأحياناً ما يكون الدواء الواحد قادراً على علاج مجموعة من الأمراض كما ذكرنا من قبل. وأحياناً ما يتطلب الأمر استخدام عدة أدوية للحصول على الفائدة العلاجية. وإليك أربع مجموعات من الأدوية أستخدمها في العلاج.

١. دواء منبه مع دواء مضاد للاكتئاب والاستحواذ مثل: Adderall مع Effexor لعلاج المرضى الذين يعانون من قصور الانتباه. أو الاكتئاب، أو الاستحواذ، أو السلوك الاعتراضي الحاد، وقد وجدت من خلال خبرتي الإكلينيكية أن الأطفال الذين لهم والدان أو أجداد مدمنون للكحول سيستفيدون من هذا المزج من الأدوية. ومثل هؤلاء الأطفال غالباً ما يعانون من مشاكل في الجهاز الطوقي (أعراض الانتباه المفرط) ومشاكل قشرة مقدمة الفص الجبهي (أعراض الانتباه).
٢. مضاد للارتجاج مع مضاد للاكتئاب والاستحواذ مثل: Depakote مع Zoloft لعلاج المشاكل المزاجية. والقلق، أو الاكتئاب المفرط.
٣. دواء لضغط الدم مع دواء منبه مع مضاد للاكتئاب والاستحواذ مثل: Catapres مع Adderall مع Effexor وذلك لعلاج المرضى الذين يعانون من

متلازمة توريت واضطرابه قصور الانتباه واضطراب  
الموسواس القهري.

٤. أحد مضادات الاكتئاب الثلاثية بالإضافة لدواء لضغط  
الدم مثل: Tofranil مع Inderal لعلاج المرضى  
الذين يعانون من الاكتئاب، والقلق، وورشة اليدين في  
المواقف الاجتماعية.

### نبذة عن عيادة Amen

عيادة Amen للطب السلوكي هي عيادة طبية خاصة تقع في "فيرفيلد"  
بـ"كاليفورنيا" على بعد ٤٠ ميلاً شمال شرق (سان فرانسيسكو). وقد اكتسبت  
هذه العيادة شهرة واسعة كعيادة رائدة في مجال تصوير المخ باستخدام تكنولوجيا  
SPECT من حيث الاتصال بين المخ والسلوك. كما أن للعيادة شهرة واسعة في  
تشخيص وعلاج اضطراب قصور الانتباه والعنصرية وإصابات الرأس والقلق  
والاكتئاب واضطراب الموسواس القهري.

وعنوان العيادة هو

350 chadbourne Road, Fairfield,  
CA 94585, 707-429-7181,  
Fax 707-429-8210

ويمكنك أن تزورنا على موقعنا على الإنترنت:

[www.amenclinic.com](http://www.amenclinic.com)

### نبذة عن المؤلف

الدكتور (دانييل ج. آمين) هو عالم أعصاب إكلينيكي، وطبيب نفسي،  
والمدير الطبي لعيادة آمين للطب السلوكي في (فيرفيلد بـ كاليفورنيا). والدكتور  
(آمين) معروف في البلاد كخبير في مجال المخ والسلوك. فهو من القلائد من بين  
الأطباء النفسيين في العالم الذين لهم خبرة في مجال التصوير النووي للمخ، كما  
أنه من رواد استخدام تصوير المخ في الطب النفسي.

وقد تلقى الدكتور (آمين) تعليمه الطبي في مركز Walter Reed Army  
الطبي في (واشنطن) العاصمة. وقد فاز بالعديد من الجوائز في مجال الكتابة  
والبحث. وقد قام بكتابة العديد من الكتب، والمقالات الطبية المتخصصة،

وأعداد العديد من البرامج الصوتية. وبرايج الفيديو، وقد شارك الدكتور (أمين) منذ فترة قريبة في كتابة الفصل الخاص بالتصوير الوظيفي للمخ في المجلة المعروفة Comprehensive Textbook of Psychiatry. ويقدم الدكتور (أمين) بإلقاء المحاضرات في جميع أنحاء العالم عن بحثه الجديد في مجال المخ والسلوك، حيث يقوم بتبسيط الكثير من المعلومات السمية ويسهل فهمها ويجعلها قابلة للتطبيق في الحياة اليومية.

# CHANGE YOUR BRAIN CHANGE YOUR life

The Breakthrough Program for  
Overcoming Anxiety, Depression,  
Obsessive Thoughts,  
and Burnout

Daniel G. Amen, M.D.

ADD FOR  
FIND  
EASIER

هذا الكتاب يمثل ثورة. وفيه يوضح دكتور (أمين) كيف يمكن أن يتحول العقل ليكون ألد أعدائك. وكيف يمكن من خلال العلاج المناسب أن يصير أعز أصدقائك. ويقول (مارلين ستين)... م. د. أستاذ مساعد في الطب النفسي، جامعة جورج واشنطن، «هذا الكتاب يفتح آفاقاً جديدة من التشخيص والعلاج يمكن أن تغير من شكل حياتك».

روبرت د. هانت

أستاذ مساعد في الطب النفسي كلية طب هارفرد

## علاجات فعالة للعقل

ستتعرف من خلال هذا الكتاب الذي يمثل فتحاً والذي حقق أفضل مبيعات، إلى الشواهد العلمية التي تؤكد ارتباط القلق والاكتئاب والغضب والهواجس والاندفاع بكيفية أداء العقل لوظائفه، فليس المخ الذي ولدت به قدرأ ملازماً لك، واليك هتتمد بعض من علاجات العقل المدهشة والفعالة التي وضعها الطبيب النفسي العصبي دكتور (أمين) والتي من شأنها أن تشفي عقلك وتغير أسلوب حياتك.

### ♦ للتغلب على القلق والهلع.

استخدم وسائل تنفس بسيطة لتهدئ الثورة الداخلية في الحال.

### ♦ لمحاربة الاكتئاب.

تعلم كيف تتخلص من الأفكار السلبية السامة.

### ♦ لكبح جماح الغضب.

اتباع النظام الغذائي الذي وضعه (أمين) للتغلب على الغضب وتعرف على المواد الغذائية التي تهدئ الغضب.

### ♦ للتحكم في الانفعال وتعلم التركيز.

٥٢.٠٠ ج